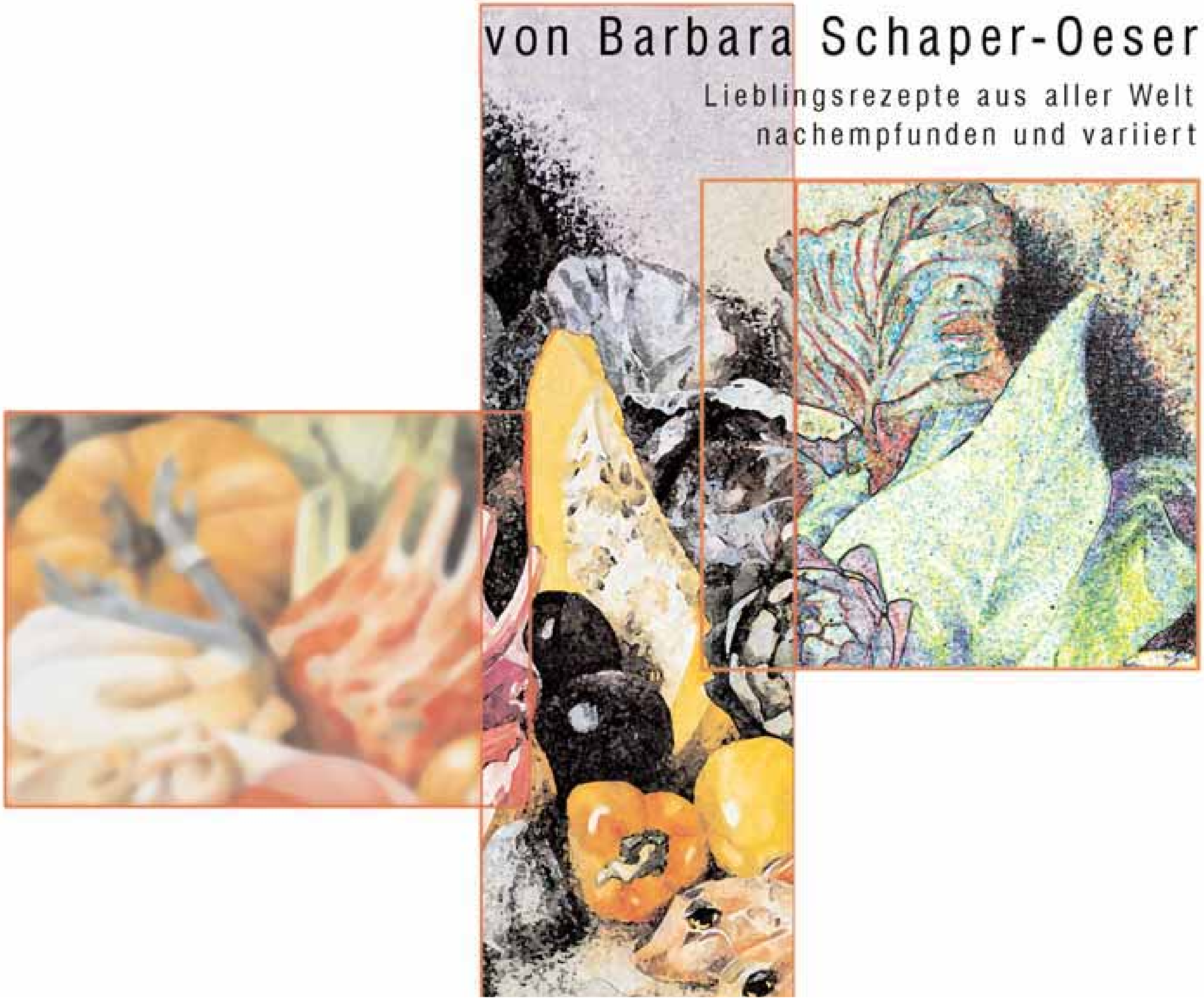
die Künstlerin der Hummer und die Götterspeisen

KOCHKUNST

von Barbara Schaper-Oeser

Lieblingsrezepte aus aller Welt
nachempfunden und variiert



K O

von

OCHKUNST

Barbara Schaper-Oeser





Kochen - eine Lust!

Die Idee zu diesem Kochbuch entstand, als meine Kladde, in der ich über viele Jahrzehnte Rezepte gesammelt hatte, durch vielfaches Blättern mangels Inhaltsverzeichnis am Auseinanderfallen war.

Es waren Rezepte, die ich noch nie oder schon sehr oft nach-gekocht und/oder abgeändert hatte. Sie stammten von Fami-lienmitgliedern [von der Köchin-Oma, von meiner Mutter], von Freunden und Gast-gebern, aus alten und neuen Kochbüchern aus aller Welt. Ich hatte sie Restaurant-genüssen nachemp-funden, Fernsehkö-chen abgeschaut, aus Zeitschriften heraus-getrennt etc. etc. etc.

Als Malerin und GrafikDesignerin wollte ich dieser Sammlung ein neues, individuelles und praktisches Outfit geben, was sich gut handhaben lässt.

In dieses neue Kochbuch habe ich nun nur Rezepte aufgenommen, die ich mindestens einmal nachgekocht habe und die nach meinem Geschmack waren. Manche Vorgabe habe ich verändert, manche wieder verworfen, wenn die Ergebnisse meines Gaumens nicht würdig waren. Zutaten und vor allem Gewürzauswahl und -mengen sind nach meinem Geschmack. Jeder sollte das nach seinem Geschmack variieren. Aber versuchen könnte man ja mal!

Es ist einfacher, sich kulinarische Andersartigkeiten ins Haus zu holen, als überall hin zu reisen. Es ist ja heute relativ einfach, sich fremdartige Zutaten zu besorgen. Man kann sich beraten lassen und ausprobieren. Denn man sollte doch ab und zu über den eigenen, oft eingefahrenen kulinarischen Tellerrand schauen. Es gibt so viel zu entdecken, das eine Freude für den Gaumen und trotzdem nicht zu ‘exotisch’ ist.

Ich habe in eineinhalbjähriger ‘Koch- und Prüfzeit’ so viel Kocherfahrung gesammelt, dass ich viele Rezepte auch selbst entwickelt habe. Als Künstlerin kenne ich so eine kreative Phase beim Malen von Bildern. Ist man erst man ‘richtig drin’, entwickelt sich eine Idee aus der anderen. Auch das Kochen ist eine kreative Tätigkeit, die mit Lust und Leidenschaft verbunden sein muß und nicht nach exakt festgesetzten Regeln ausgeübt werden kann. Neben dem guten Geschmack und Ideen braucht Kochen als Kunst deshalb auch Phantasie, Improvisationsgeschick und natürlich auch Übung.

Für Viele, für die Kochen nur eine tagtägliche lustfreie Ernährungsangelegenheit ist, könnte meine Sammlung vielleicht eine Anregung sein, denn es sind [fast] keine ‘überkandidelten’ Rezepte dabei, zu deren Umsetzung man fünf Souschefs benötigt. Die meisten Rezepte sind in weniger als einer Stunde auszuführen, viele davon sogar in knapp 30 Minuten oder man kann sie sehr gut vorbereiten und wenn Gäste kommen, in nur kurzer Zeit zu Ende führen.

Das Kochbuch sollte auch keine journalistische Selbstdarstellung sein, sondern es soll einfach meine Freude am Kochen und an der Abwechslung weitergeben und bei Anderen erwecken. Wenn man diese Tätigkeit schon jeden Tag ausüben muß, soll sie doch wenigstens Spaß machen. Appetitanregende Fotos dürfen natürlich nicht fehlen. Jedes Gericht habe ich deshalb fotografiert und ich finde, auch kleinere Abbildungen erfüllen ihren Zweck.

Ich setze selbstverständlich voraus, dass jeder Nutzer weiß, dass man z. B. Zwiebeln häuten oder Gemüse und Obst waschen muß, bevor man kleine Würfel schneidet. Deshalb habe ich das nicht jedes Mal angegeben. Ebenso denke ich, dass jeder seinen Herd einigermaßen kennt und sich deshalb auch nicht streng an die Angaben für meinen Herd hält. Jeder Ofen ist anders, mal älteren Datums, mal hypermodern. Also aufgepaßt!

Ich würde mich sehr freuen, wenn sich meine Arbeit insofern gelohnt hat, als sich doch der Eine oder Andere zum Erwerb dieser Sammlung hinreißen läßt und dann mit mir der Meinung ist:
Wir leben nicht, um zu essen, sondern wir essen, um zu leben. Wenn man aber genußvoll ißt, lebt sich’s doch viel schöner. Oder?!!!

Viel Spaß beim Zubereiten, gutes Gelingen und guten Appetit!



Ein herzlicher Dank gilt allen Freunden und aufopfernden Mitessern, die sich immer wieder zum Testessen hergegeben haben, allen voran meinem Slimane Brahimi. Als Araber und Tuareg hätte er das Recht, weitere Ehefrauen zu suchen. Nun, nach 1 ½ Jahren abwechslungsreichsten Essens, gestand er mir zu, dass es keinen Sinn mehr mache, eine andere Frau zu suchen - bei meiner Kochkunst.

Liebe geht doch durch den Magen!

Götterspeisen [im Internet gefunden]

Häufig ist, abgesehen von dem Geruch der menschengebrachten Opfergaben, von einer besonderen Nahrung die Rede, durch welche Götter sich stärken sollen und dem sie ihre Unsterblichkeit verdanken.

Altindische Götter kannten den Unsterblichkeitstrank Amrita, der aus milchreinem Wasser, Kräutersaft, flüssigem Golde und aufgelösten Edelsteinen bestehen soll.

Die griechischen Götter sollen Nektar und Ambrosia zu sich genommen haben. [HESIOD, Theogonie, 640] Den Göttern wird dabei ein Mundschenk zugeschrieben, erst die Hebe, später, um Zeus' Becher zu füllen, der Ganymed.
[HOMER, Ilias, 4,2-3 u. 20.234]

Als die olympischen Götter im Kampf gegen die Titanen des Beistands der hundertarmigen Riesen bedurften, verhalfen sie diesen mit Nektar und Ambrosia zu frischer Kraft.
[Theogonie, 639-644]
Wenn einer der Götter einen am Wasser der Styx geleisteten Schwur bricht, ist die Strafe dafür ein zeitweiliger Entzug von Nektar und Ambrosia und der Ausschluß aus der Gesellschaft der anderen Götter. Ohne die Götterspeise liegt der Gott ein Jahr lang ohne Atem und Stimme ohnmächtig danieder, ehe ihm für neun Jahre der Zugang zu Rat und Gastmahl verwehrt bleibt. Erst nach zehn Jahren wird er wieder in die Runde aufgenommen. [Theogonie, 793-804]

Zum nordischen Göttergeschlecht der Asen heißt es in der Edda, dass die Einherier in Walhalla vom Fleisch des Ebers Saehrimnier äßen. Von Odin hingegen wird gesagt, er esse nichts, sondern nehme nur vom Wein. Die Speisen hingegen gebe er seinen beiden Wölfen Geri und Freki. [Grimnirlied, 18 u. 19] GRIMM nahm an, mit diesem Wein der Asen verhalte es sich wie mit dem Nektar der griechischen Götter.
[Dt. Myth., 265]

Weiter ist von Äpfeln die Rede, welche die Göttin Idun hütet und deren Fehlen die Götter altern läßt, als der Riese Thiassi sie einmal in seiner Gewalt hat. [Skaldskaparmal, 56]

Aus dem Blut des Qvasir und Honig bestand der Trank Odhrœrisdreckr, der Dichtergabe und damit [geistige] Unsterblichkeit verleiht. Jener Qvasir war in dem Kessel entstanden, in welchem Asen und Vanen zur Besiegelung ihres Friedensschlusses ihren Speichel gemischt hatten. GRIMM mutmaßte, der Odhrœrisdreckr könne womöglich zu dem indischen Amrita und dem griechischen Ambrosia gehalten werden. [Dt. Myth., 265f.]

Allerdings trinken die Götter auch, als sie beim Riesen Aegir sind, Bier und von Heimdall heißt es, er trinke aus seinem Horn den Met, Thor verschmäht nicht den Ochsen.

Auch manche irdischen Nahrungsmittel werden als Götterspeise bezeichnet, beispielsweise der beliebte Wackelpeter. Lebensverlängernde Wirkung wird dem als „Gel Royale" bezeichneten Honig zugesprochen, mit welchem Bienen diejenigen Larven füttern, welche zu Königinnen heranreifen sollen. Dieser besondere Honig wird gelegentlich „Götterspeise" genannt.

Meistens ist mit „Götterspeise" jedoch ein chemischer Glibsch gemeint, dessen Geschmack entfernt an Waldmeister, Kirsch o. ä. erinnern soll und der, stände er nicht im Lebensmittelregal, vermutlich von den meisten Menschen als Scherzartikel wahrgenommen würde.



Schinken an den Feigen:

Italienischer Schinken, Frische Feigen

Die Feigen in Viertelzielen schneiden [3 bis 4 höchstens dicker mm Dicke]. Wenn der Schinken nicht unterschieden wird, in Spanzielen oder in Ziel erledigten Tranchen und in Art schneidet, Stücke der Größe eines Bissens [¼ von Tranche] zu erhalten. Stellt alles in Rosette auf einem Sockel vor. Sie können auf diese Art und Weise als andere italienische Wurstwaren dienen, aber achten auf ihre Herkunft...

Pecorinosprachen am Lorbeerbaum:

Getrocknete Lorbeerbaumblätter, Pecorino Jugendlicher

Lorbeerbaumblätter in einem heißen Wassersockel tränken gelassen. Mittlerweile beschreiben das pecorino im einzelnen, um kleinere Stücke zu erhalten als die Lorbeerbaumblätter [2 cm x 1 cm x 5 mm]. Den Lorbeerbaum abwischen und stellen auf einem Papierblatt alu, alles auf einer Ofenplatte. Legen ein Stück Käse auf jedem Blatt ab. Gehen zum grill von Ofen 2 bis 3 Minuten über, bis der Käse beginnt zu erweichen. Dienen Sie dem Ausgang des Ofens.

Bruschetta:

Frische Tomaten [Traube], frisches weißes Brot, Oliven-, Knoblauchs-, Basilikumöl, Salzblume, Schwarzer Pfeffer

Schneiden Sie die Tomaten in 4, épépinez und schneiden in Würfeln. Fügen Sie einen dort Zug Öl, und des gehackten Basilikums hinzu vermischen. Freigebig reiben Sie das Brot mit einer Knoblauchshülse, die in 2 gespaltet wurde, weißen von Öl und übergehen zu grill 2 Minuten [das Brot muß kaum geröstet werden]. Fügen Sie danach die Tomatenwürfel hinzu, bestreuen mit Salzblume und pfeffern [gemäßigt]. Gehen Sie noch zu grill 1 bis 2 Minuten über und dienen Sie heiß.

Sofas an der Krabbe:

[Krabben-Canapés]

350 g gekochtes Krabbenfleisch, 2 Löffel an Suppe von Olivenöl, 2 gehackte Schalotten, 1 zermalmte Knoblauchshülse, 1 Löffel an Suppe gehacktes frisches Basilikum, 2 geschälte, épépinées und gehackte Tomaten, 3 Löffel an Suppe von Weinessig, 2 Löffel an Kapersuppe, 1 Löffel an Suppe gehackte Sardellen, ½ Tasse Mayonnaisen, Zitronensaft, Salz und frisch gemahlener Pfeffer

In einem Ofen heizen das Olivenöl, durchbrechen dort die Schalotten, den Knoblauch, und das Basilikum lassen 3 Minuten kochen. Fügt die Tomaten und den Essig hinzu, gut zu würzen. Kochen 12 Minuten an durchschnittlichem Feuer verfolgen.
Zieht den Ofen des Feuers zurück und läßt die Mischung abkühlen. In Püree auf den kulinarischen Roboter reduzieren dann schütten in einer Schüssel. Fügt die Kapern, die Sardellen und die Mayonnaise hinzu, gut zu vermischen. Würzt und fügt Zitronensaft [mit dem Geschmack] hinzu. Gliedert das Krabbenfleisch ein, und es über geröstete Brottranchen oder craquelins auszubreiten.



Huhnbrust backte in einem Beutel [Rezepthöflichkeit Jamie Oliver] Google-Übersetzung

2 [7 Unze/200 Gramm] hautlose Huhnbrüste, gezählt, 1 Ei, geschlagen mit 2 Eßlöffeln Wasser, 1 Handvoll getrocknetes porcini, 9 Unzen [255 Gramm] mischten die Pilze [Feld, Auster und shiitake], oben heftig gezerrissen, 1 weißer Wein des großen Weinglases, 2 mittlere Kartoffeln, abgezogen, geschnitten und gekocht, Butter 3 große Drehknöpfe [Eßlöffel], frischer Thymian mit 1 Handvoll, Knoblauch mit 2 Nelken, abgezogen und geschnitten, Olivenöl, Seesalz und frisch geriebener schwarzer Pfeffer

Wärmen Sie den Ofen zu 425 Grad F vor [220 Grad C]. Mischen Sie die Pilze, den Wein, die Kartoffeln, die Butter, den Thymian, den Knoblauch, das Olivenöl, das Salz und den Pfeffer zusammen ist in einer Schüssel; addieren Sie das Huhn.

Mit breiter Aluminiumfolie bilden Sie einen Beutel, indem Sie 1 großes Stück [ungefähr mit 3 Fuß] zur Hälfte falten. Bürsten Sie alle vier Ränder mit Eiwäsche und falten Sie die Folie zur Hälfte wieder und einen doppelten starken Beutel mit einem geschlossenen Ende herstellen. Falten Sie die seitlichen Ränder rüber zweimal und zwei Siegelränder verursachen; und eine Seite geöffnet lassend. Setzen Sie Mischung in den Aluminiumfoliebeutel, einschließlich des ganzes flüssigen und überprüfen, dass Sie nicht die Folie durchbohren. Schließen Sie herauf den abschließenden Rand, wird überprüfen der Beutel fest versiegelt und sichert auf allen Seiten und schiebt ihn sorgfältig an zu einem Bratbehälter.

Setzen Sie den Behälter auf eine hohe Hitze auf den Brennern, damit 1 Minute die gehende Hitze erhält, dann backen Sie mitten in dem vorgewärmten Ofen für 25 Minuten.

Entfernen Sie vom Ofen, setzen Sie den Beutel auf eine grosse Platte, nehmen Sie ihn zum Tabelle und brechen Sie geöffnet die Folie.

Weihnachtskuchen selbst gemacht [irgendwo aufgeschnappt]

½ Tasse weißen Zucker, ½ Tasse braunen Zucker, 4 große Eier, 2 Tassen getrocknete Früchte, 1 Tasse Mehl, 1 TL Backpulver, 1 TL Salz, 1 Handvoll Nüsse, 1 Zitrone, 1 Liter Whisky

Zunächst kosten Sie den Whisky und überprüfen so seine Qualität. Nehmen Sie dann eine große Rührschüssel zur Hand. Geben Sie fast allen Zucker und 2 Eier hinein und schlagen alles mit dem Mixer sehr schaumig. Währenddessen probieren Sie nochmals den Whiskey und überzeugen sich davon, dass er wirklich von bester Qualität ist. Dazu gießen Sie ein Glas randvoll und trinken Sie dieses aus. Wiederholen Sie diesen Vorgang. Schalten Sie den Mixer aus und wieder an und schlagen Sie in einer anderen Rührschüssel die Butter flaumig weich. Fügen Sie den Rest Zucker hinzu.

Überprüfen Sie, ob der Whisky noch in Ordnung ist. Probieren Sie dazu nochmals ein Glas voll. Mixen Sie den Schalter aus! Brechen Sie nochmals 2 Eier aus und zwar in die Schüssel. Hau´n Sie die schrumpligen Früchtchen mit rein. Malten Sie den Schixer an. Wenn das blöde Obst im Trixer stecken bleibt, lösen's des mit 'nem Traubenschier.

Überprüfen Sie den Whisky auf seine Konsissstenzzzz. . . Jetzt schmeissen Sie die Zitrone in den Hixer und drücken ihre Nüsse aus. Fügen Sie eine Tasse Mehl hinzu. Zucker, alles. Was auch immer . . . Fetten Sie den Ofen ein.
Drehen Sie ihn um 350°.

Schlagen Sie auf den Mixer, bis er ausgeht. Werfen Sie die Rührschüssel aus dem Fenster und überprüfen Sie den Geschmackdes übrigen, abgestandenen Whiskys.
Gehen Sie ins Bett, pfeifen Sie auf den Kuchen und ziehen Sie sich prophylaktisch
3 Aspirin rein . . . !




amuse gueule
Vorspeisen
Kleine
Abendessen

Minicups mit arabischer Karottencreme und Garnelen



1 Paket Minicups [kleine fertige Teig-Förmchen], Karottencreme [Seite 18], gekochte Garnelen, evtl. süßsaure Chilisauce, Rucolasalat

Die Minicups mit der Karottencreme füllen. Die Shrimps evtl. mit Chilisauce würzen und auf die Förmchen setzen. Auf Rucolabett als **Amuse gueule** servieren.

Variation: Die Förmchen mit Tatar aus 200 g sehr fein gehackter geräucherter Gänsebrust füllen und mit einem Meerrettichsahne-Klecks verzieren.

Crêpes-Röllchen



Fertig gebackene Crêpes oder hauchdünn gebackene Pfannkuchen evtl. mit Kräutern vermischt [Schnittlauch, Petersilie]
Füllung: Meerrettich-Käsecreme mit Räucherlachsscheiben. Räucherlachs auf die Crêpes verteilen, mit Käsecreme dünn bestreichen und aufrollen. In Alufolie im Kühlschrank kühl stellen und schräg in Streifen geschnitten als **Amuse gueule** servieren.
Variation: Pilzfarce: Champignons, Zwiebeln klein hacken, anbraten, erkaltet mit Kalbsleberpastete vermischen und mit Cumberlandsauce oder Cranberry-Apfel-Chutney [Seite 210] pikant abschmecken und in die Crêpes wickeln.

Scampi in Lauchmantel

Martin L. hat mich dazu inspiriert



1 dicke Stange Lauch, Gemüsebrühe, 1 Schuß Weißwein, Aprikosen- oder Ingwersenf aus dem Glas, pro Person 1 mittelgroße Scampi [Garnele] mit Schwanzpanzer, 1 Knoblauchzehe, grobes Meersalz, grober schwarzer Pfeffer

Vom Lauch die Wurzel entfernen und vom weißen Teil ein Stück von 12 cm Länge abschneiden. Der Länge nach halbieren und in einzelne Teile zerlegen, so dass man Stücke von ca. 12 x 6 cm hat. Diese Stücke in Gemüsebrühe und Wein weichkochen, in einem Sieb kalt abschrecken und auf einem Brett ausbreiten. Mit dem Senf dünn bestreichen. Vom grünen Teil der Lauchstange schräg einige schmale Ringe schneiden, blanchieren und als Dekoration verwenden.

Die Scampi, auch wenn sie schon gekocht sind, in Olivenöl mit zerdrücktem Knoblauch und grobem Salz kurz braten, abkühlen lassen und dann in jeweils ein Lauchstück so einwickeln, dass der Scampi-Schwanz zum Anfassen noch herausschaut. Auf einem Teller mit schwarzem Pfeffer bestreut als **Amuse gueule** servieren.

Flußkrebsschwänze in warmem Mango-Curry-Schaum



250-300 g Flußkrebsschwänze, ½ reife Mango, 2 cm Ingwerwurzel, 50 ml Orangensaft, 100 ml Gemüsebrühe, 3 EL Sahne, Curry, Cayennepfeffer, Pfeffer, Salz nach Geschmack, 1 Spritzer Fischsauce [Asia-Laden], 1 Prise Zucker, Basilikum- oder Petersilienblätter, etwas geschäumte Milch wie zu Capucchino

Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Kern abtrennen und in kleine Würfel schneiden. Ingwer schälen und fein reiben. Mangowürfel, Ingwer, Orangensaft mit dem Mixstab pürieren, durch ein feines Sieb in einen Topf streichen, mit der Sahne aufkochen und mit dem Mixstab aufschäumen. Das Ganze mit den Gewürzen abschmecken. Die Krebse abbrausen, trocknen und in dem Süppchen erhitzen. Kurz vor dem Servieren etwas geschäumte Milch unterrühren und sofort in einem Glas oder einer großen Espressotasse mit in Streifen geschnittenem Basilikum oder Koriandergrün servieren.

Lorbeerplätzchen mit Mangochutney und Parmesan



Lorbeer-Chili-Kekse [Seite 200], Mangochutney aus dem Glas, Parmesan, grob getrockneter Chili [in türkischen Läden]

Jeweils auf einen Keks etwas Mangochutney geben, mit gehobelten Parmesanscheiben bedecken und mit Chili bestreut als **Amuse gueule** servieren.

Manche dieser wunderbaren Häppchen habe ich auf Empfängen oder Ähnlichem genießen dürfen und dann „abgeschmeckt“.

Salat von Tafelspitz



5 mm dicke fertig gekochte Tafelspitzscheiben, 2 Scheiben eingelegte rote Paprika [selbst zubereitet: gehäutet und in Essig, Öl, Salz, Pfeffer, Knoblauch eingelegt oder vom Italiener] und/oder 2-3 gehäutete Tomaten, 3 EL Kürbiskerne, 2 EL Olivenöl, 3 EL Kürbiskernöl, Salz, Pfeffer, 2 EL Balsamico-Essig, 3-4 EL Sonnenblumenkerne

Sonnenblumen- und Kürbiskerne ohne Fett anrösten und beiseite stellen.
Fleisch, Paprika und/oder Tomaten in sehr kleine Würfel schneiden. Kürbiskerne bis auf einige für die Dekoration mit Olivenöl, Kürbiskernöl, Balsamico, Pfeffer und Salz zu einem Pesto pürieren und mit Fleisch, Paprika und ganzen Sonnenblumenkernen vermischen.
In Porzellan-Löffeln als **Amuse gueule** mit Kürbiskernen servieren.

Zucchiniröllchen mit Lachstatar



1-2 mittelgroße Zucchini, pro Person 1 Scheibe Räucherlachs, 1 ungespritzte Zitrone, 2 EL Meerrettichsahne aus der Tube, Pfeffer, Salz, evtl. Rucolasalat zum Garnieren

Von den Zucchini jeweils die Enden abschneiden und mit dem Sparschäler längs in ca. 3-5 mm dicke Scheiben schneiden [möglichst ohne Kerne]. In Salzwasser ca. 2 Minuten blanchieren und dann kalt abschrecken. Den Lachs sehr klein hacken, mit etwas abgeriebener Zitronenschale, Zitronensaft, Meerrettichsahne, Pfeffer und Salz vermischen und pikant abschmecken. Jeweils eine Zucchinischeibe abtrocknen, gut 1 TL der Lachscreme darauf setzen und einrollen.
Auf einigen angemachten Rucola- oder anderen Salatblättern anrichten evtl. mit Lachskaviar dekoriert.

Forellenmousse mit Kaviar und Salat



Zutaten wie bei unterem Rezept. 1 kleine Dose roter Wildlachs- oder Forellenkaviar, etwas Salat Forellenmousse wie unten zubereiten. Mit einem in heißes Wasser getunkten Löffel Nocken abstechen, mit rotem Lachskaviar belegen, dazu einen Minisalat [Lollo Rosso, Feldsalat oder ähnlich] als **Amuse gueule** servieren.

Forellenmousse mit Cranberry-Apfel-Chutney



Für eine kleine Pastetenform: 125 g geräuchertes Forellenfilet, 70-80 g Meerrettich-Frischkäse, 1 TL Dijon-Senf, 2 TL Zitronensaft, Salz, Pfeffer, 2 Blätter weiße Gelatine, 100 g Sahne, evtl. 1 kleines Glas Forellenkaviar

Das Forellenfilet ohne Haut gegebenenfalls entgräten und kurze Zeit einfrieren, damit das Eiweiß beim Pürieren nicht schmierig wird. Klein geschnittenen Fisch in der Küchenmaschine fein pürieren. Mit dem Frischkäse und dem Senf vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Gelatine in Wasser einweichen, ausdrücken und auf kleiner Flamme erwärmen. 2 EL Fischmasse unterrühren und dann die Gelatine-Masse mit dem Fisch gut vermischen. Sahne sehr steif schlagen und unter die Fisch-Masse heben. Die Masse in eine mit Klarsichtfolie ausgelegte Pasteten- oder Kastenform [oder in Portionsförmchen/ Espressotassen] füllen. Evtl. in die Mitte Forellenkaviar dazwischengeben und im Kühlschrank über Nacht erstarren lassen.
Mousse in Scheiben schneiden, auf etwas angemachtem Salat anrichten und mit Vinaigrette bzw. Cranberry-Apfel-Chutney [Seite 210] oder fertiger Cumberlandsauce nappieren.
Dazu Baguette reichen.

Tim Mälzer kann manchmal ganz anregend sein...

Rindercarpaccio mit Austernpilzen



300-400 g Austernpilze, 6 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, 100 ml Balsamico, 2-3 EL Zucker, 500-600 g sehr dünn aufgeschnittenes Rinderfilet [vorher angefrieren oder beim Metzger fertig geschnitten bestellen], 150 g Rucola, 80-100 g fein oder grob gehobelter Parmesan

Die Austernpilze putzen. 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Pilze darin rundherum scharf anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und warm stellen. Balsamico mit 1 EL Zucker auf die Hälfte einkochen. Restliches Olivenöl mit der Balsamico-Reduktion mischen. 2 EL Balsamico-Reduktion auf Portionsteller tropfenweise verteilen und darauf die Rinderfiletscheiben legen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Zucker bestreuen. Das Fleisch mit einem Bunsenbrenner flämmen oder alternativ den Teller 1 bis 2 Minuten unter den Backofengrill stellen.
Austernpilze, Rucola und Parmesanspäne über das Fleisch verteilen und mit der restlichen Balsamico-Reduktion beträufeln.

...oder auch Johann Lafer!

Schinken-Röllchen mit Sellerie und Apfel



½ Sellerieknolle, 1 säuerlicher Apfel [Braeburn, Cox Orange], 2 EL Mayonnaise, 2 EL saure Sahne, Saft von ½ Zitrone, Salz, Pfeffer, 12 Parmaschinken- oder 12 geräucherte Gänsebrustscheiben, 4 EL Kürbiskerne, 2 EL Olivenöl, 3-4 EL Kürbiskernöl, etwas Salat zum Dekorieren

Die Sellerieknolle schälen, in sehr dünne Scheiben und dann in 4-5 mm dünne Streifen schneiden. In stark kochendem Salzwasser mit etwas Natron [damit der Sellerie weiß bleibt] nach dem Wiederaufkochen 2-4 Minuten bißfest blanchieren. Sofort mit kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen.
Apfel mit oder ohne Schale grob reiben. Mayonnaise, saure Sahne und Zitronensaft verrühren, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und mit dem geriebenen Apfel zu einem Dressing vermischen. Die Selleriestreifen zugeben und alles etwas ziehen lassen. Dann die Selleriestreifen in Bündeln auf die Gänsebrust- oder Schinkenscheiben legen. Die Scheiben zusammenrollen und zusammen mit etwas angemachten Salat auf eine Platte legen.
Die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis sie zu duften beginnen. Anschließend mit Olivenöl, Kürbiskernöl, Salz und Pfeffer zu Pesto pürieren und über die Röllchen nappieren.

Kräuter-Krabben-Terrine



125 ml Buttermilch oder Joghurt, 75 g Crème fraîche, 4 Blätter weiße Gelatine, 50 ml Fischfond oder Gemüsebrühe, 1 EL Pernod, 2 EL trockener Wermut, Saft von ½ Zitrone, ½ Karotte, ¼ Stange Lauch, 6 Basilikumblättchen, in Streifen geschnitten, 1 EL gehackter Dill, Salz, Pfeffer, 1 Prise Cayennepfeffer, 150 g Nordsee-Krabben, Balsamico

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Karotte und Lauch in Miniwürfel schneiden und in kochendem Salzwasser bißfest garen, abschrecken und gut abtrocknen. Fond/Brühe, Pernod, Wermut und Zitrone etwas einkochen, vom Feuer nehmen und die ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Buttermilch/Joghurt und Crème fraîche verrühren, die Gemüsewürfel und den abgekühlten Fond gut mit der Buttermilchmasse und den gewaschenen und getrockneten Krabben vermischen. Mit den Kräutern und Gewürzen kräftig abschmecken.
In eine mit Klarsichtfolie ausgelegte Terrinenform [für ½ l] füllen und mit Folie zugedeckt ca. 2-3 Stunden kalt stellen. Zum Servieren vorsichtig stürzen, in Scheiben schneiden, auf einige Salatblättchen legen und mit Balsamico nappieren.

Avocadomousse auf Rucola



1 ½ reife Avocados, Saft von 1 Zitrone, 1 Knoblauchzehe, 2 EL Crème fraîche, 4 Blätter weiße Gelatine, Salz, frisch gemahlener Pfeffer, 1 Tomate

Avocados halbieren, entkernen, das Fruchtfleisch zusammen mit etwas Zitronensaft, der abgezogenen Knoblauchzehe und Crème fraîche mit dem Stabmixer fein pürieren. Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und vorsichtig erwärmen. Etwas vom Avocadopüree mit der aufgelösten Gelatine verrühren, dann mit der Masse verrühren und mit Salz, Pfeffer und dem restlichen Zitronensaft abschmecken.
Die Tomate häuten, entkernen und das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Die Hälfte der Avocadomasse auf vier gefettete Espresso-Tassen oder andere Förmchen verteilen. Die Tomatenwürfel in die Mitte legen und die restliche Avocadomasse hinzugeben. Im Kühlschrank mindestens drei Stunden fest werden lassen.
Die Förmchen mit der Unterseite kurz in heißes Wasser tauchen und vorsichtig auf ein Salatbett stürzen.

Salat: 150 g Rucola [Rauke] oder gemischter Blattsalat, 2-3 EL Traubenkernöl, 1 EL Mandelöl, 1 EL Himbeeressig, Salz, frisch gemahlener Pfeffer, Zucker oder Kürbiskernpesto [Vorige Seite unten]
Den Salat abspülen und trockenschleudern. Aus Ölen, Essig, Salz, Pfeffer und Zucker eine Salatsauce rühren. Mit dem Salat vermischen und auf vier Tellern anrichten und die Avocadomousse darauf anrichten.

Das habe ich beim Zappen mal einem spanischen Fernsehkoch abgeschaut.

Paprika-Tomaten-Timbal



4 große rote Paprika, 5-6 Tomaten, Knoblauchzehen, Zitronensaft und/ oder weißer Balsamico, 1 Chilischote, Olivenöl, Basilikum, Dill [oder Bärlauchblatt], evtl. Lorbeer und Knoblauchzehe zum Garnieren.

Die Paprika halbieren, Gehäuse entfernen und mit der Haut nach oben zum Häuten im Ofen ca. 10-15 Minuten übergrillen, bis die Haut anfängt, Blasen zu bilden und schwarz zu werden. Für einige Minuten in einen Plastikbeutel füllen, dann die Haut abziehen und die Paprika in schmale Streifen schneiden.
In Zitronensaft oder weißem Balsamico mit Knoblauchscheiben, Salz, Pfeffer und klein geschnittener Chilischote einlegen.
Tomaten zum Häuten für 2-3 Minuten in heißes Wasser legen, kurz abschrecken, die Haut abziehen, die Kerne entfernen, das Tomatenfleisch in Würfel schneiden und in Olivenöl mit Salz, Pfeffer, Knoblauch andünsten.
Den Tomatensud zusammen mit dem Paprika-Einlegesud abschmecken.

Zum Servieren einen Dillzweig [oder Bärlauchblatt] auf den Teller legen und einen Timbalring daraufsetzen. Einige Paprikastreifen, eine Lage Tomatenstückchen und noch einmal eine Lage Paprikastreifen einfüllen. Leicht andrücken, mit ganzer Knoblauchzehe, Basilikum, Lorbeer oder Dill garnieren. Vorsichtig den Ring abziehen und evtl. noch etwas Mischsud darübergießen. Dazu Baguette reichen.

Kaninchen-Hackfleischpastete



500 g Hackfleisch, 3 Schalotten, 2 Knoblauchzehen, abgeriebene Schale einer unbehandelten Orange, ½ TL Meersalz, Pfeffer, 2 EL Cognac oder Madeira, 1 Ei, 1 EL Semmelbrösel, 6 Lorbeerblätter, 275 g Kalbs- oder Hühnerleber, evtl. 2 TL grüne Pfefferkörner.
Variation: zusätzlich 1 gewürztes rohes Kaninchenfilet in die Mitte der Masse geben

Die Schalotten klein würfeln und in einem Schuß Rotwein in der Mikrowelle bei 600 W 2 Minuten garen. Hackfleisch mit Knoblauch, Orangenschale, Salz, Pfeffer, Cognac oder Madeira, Semmelbröseln und den erkalteten Zwiebeln gut vermengen.



Die sehr kalte Leber in einen Mixer geben, fein pürieren und mit dem Ei unter das Fleisch mischen.
Die Lorbeerblätter auf den Boden kleiner Terrinen-Förmchen oder einer länglichen Pastetenform legen. Die Mischung darauf geben und glatt streichen. Mit Alufolie abdekken und im vorgeheizten Ofen bei 150° ca. 45 Minuten garen.
Die Pasteten mit Cranberry-Apfel-Chutney [Seite 210] servieren. Dazu paßt eine Salatbeilage und Baguette.
Variation: Auf die Länge der Pastetenform ein gewürztes Kaninchenfilet legen, unten und oben von Farce umgeben.

Karottenflan



1 Schalotte, 20 g Butter, 500 g Karotten, Salz, Pfeffer, Muskatnuß, ½ Becher Sahne, 2 Eier und 1 Eigelb

Klein geschnittene Schalotte in Butter andünsten. Die zu Würfeln geschnittenen Karotten dazugeben, mit Pfeffer, Salz und geriebener Muskatnuß würzen, etwas Wasser zugeben und ca. 20 Minuten weichdünsten. Mit dem Handmixer pürieren und die vorher zum Kochen gebrachte Sahne unterrühren.
Die Eier wie zu Rührei verschlagen und abseits vom Herd mit dem Handmixer unter die abgekühlte Karottenmasse schlagen.
Kleine Metall- oder Porzellanförmchen oder Kaffeetassen gut mit Butter ausstreichen, Flanmasse bis gut 1 cm unter den Rand füllen. Im Wasserbad bei ca. 200° im Ofen 30-35 Minuten bzw. in der Mikrowelle bei 360 W ca. 6 Minuten stocken lassen. Vor dem Stürzen einige Minuten ruhen lassen.
Dazu Sauce Hollandaise mit Estragon oder Basilikum servieren oder Kräuter-Knoblauch-Pesto.
Variation: Statt Karotten Brokkoli, Blumenkohl oder Kohlrabi verwenden und auf entsprechend farblich passenden Salaten anrichten.

Karottencreme arabisch

Das ist so lecker, dass ich es viele Male meinen begeisterten Gästen angeboten habe.

500 g Karotten, ½ TL Harissa [sehr scharfe Chili-Paprika-Paste in türkischen Läden], 2 EL Weinessig oder weißer Balsamico oder Orangenessig, 1-2 EL Kapern, 2 Knoblauchzehen, 1 TL Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer, 4 EL kaltgepreßtes Olivenöl.
Zur Garnierung evtl. ein hart gekochtes Ei, Schafskäse und schwarze Oliven



Die Karotten schälen, in kleine Stücke schneiden und in Salzwasser ca. 20-25 Minuten weich dünsten. Wasser abgießen und die Karottenstücke mit dem Pürierstab zerkleinern.
Harissa mit Essig verrühren, mit Kapern, zerdrücktem Knoblauch, den Gewürzen und dem Olivenöl zu der Karotten-Masse rühren. Auf einem Teller oder in einer Schüssel abgekühlt servieren.
Evtl. mit hart gekochtem Ei, Schafskäse und Oliven ver-

Würzige Geflügelklößchen



250 g Hähnchenbrustfilet, 2 Brötchen vom Vortag, ½ Bund glatte Petersilie, 4 EL Milch oder Sahne, 1 Ei, Salz, Pfeffer, etwas geriebene Zitronenschale, je nach Geschmack 1 Prise Zimt, gemahlener Koriander, Kreuzkümmel, Curry, Garam masala [Indische Gewürzmischung], Öl zum Ausbacken

Hühnerfleisch säubern, in Würfel schneiden und abgedeckt kurz tiefkühlen. [Das Eiweiß würde sonst beim Pürieren schmierig.] Brötchen einweichen und Petersilie kleinhacken. Angefrorenes Hühnerfleisch im Mixer pürieren. Mit ausgedrückten Brötchen, Milch oder Sahne, Ei und Petersilie verkneten. Mit Salz, Pfeffer, Zitronenschale und den Gewürzen abschmecken und die Masse kalt stellen.
Dann mit zwei Teelöffeln Nocken aus der Masse abstechen oder kleine Bällchen formen und jeweils 4-6 Minuten im Öl goldgelb backen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
Kurz vor dem Servieren Klößchen entweder auf einem Backblech im Ofen bei 100° noch einmal erwärmen oder kalt servieren.
Dazu Chilisauce oder süß-saure Soße reichen.

Geflügelterrine



Zutaten für 1 Kastenform von 1 l Inhalt:
4 Hühnerbrustfilets oder Putenschnitzel, 1 Ei, Salz, weißer Pfeffer, frisch gemahlen, 1 Messerspitze Cayennepfeffer, etwas Knoblauchsalz, 2-3 EL Käsecreme wie Boursin o.ä. [je nach Geschmack mit Kräutern, mit Pfeffer oder mit Tomate/ Paprika], klein geschnittene Kräuter wie Basilikum, Schnittlauch, Petersilie, 2 EL Butter, 2-4 Mangoldblätter

Von dem Geflügelfleisch einige gleichmäßig große Streifen schneiden, an den Kanten abrunden und beiseite legen. Den Rest in kleine Stücke schneiden, kurz anfrieren und dann schnell durch den Fleischwolf oder die Küchenmaschine geben, damit die Masse nicht schmierig wird. Das Ei, Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, Knoblauchsalz mit dem Käse verrühren. Kräuter abbrausen. Petersilien- und Basilikumblätter abzupfen, alles fein hacken und mit der Fleischmasse unter die Käsemasse rühren. Abschmecken und evtl. nachwürzen.
Mangoldblätter in Salzwasser blanchieren. Mit kaltem Wasser abschrecken. Grobe Rippen entfernen.
Die länglichen Geflügelstücke salzen, pfeffern und rundum etwa 6 Minuten goldbraun anbraten, dann abkühlen lassen.

Die Form einfetten und die Hälfte der Farce einfüllen. Die gebratenen Fleischstücke in die Mangoldblätter einwickeln, auf die Masse legen und die restliche Masse darüber streichen. Form mit Alufolie abdecken, damit die Oberfläche nicht braun wird. Im vorgeheizten Ofen bei 160° ca. 45 Minuten backen. Abkühlen lassen.
Dann die Terrine auf eine Platte stürzen, in Scheiben schneiden und auf gemischtem Salat oder Rucola mit etwas Vinaigrette beträufelt servieren und/oder Cranberry-Apfel-Chutney [Seite 210] dazu reichen.

Gefüllte Champignons



12 möglichst gleich große Champignons, die schon geöffnet sind.
6-8 Kirschtomaten, 1 Schalotte, 40 g geriebener Parmesan oder Gouda oder auch kleingewürfelter Mozzarella, Pfeffer, Salz, Petersilie, Olivenöl, Zitronensaft

Die Champignons putzen und Stiele und Lamellen entfernen. Champignonköpfe mit Zitronensaft einstreichen, damit sie hell bleiben. Stiele und Lamellen, Tomaten und Schalotte sehr klein hacken, in Olivenöl andünsten und unter Rühren alle Flüssigkeit verdunsten lassen. Petersilie klein hacken und mit Tomatenstückchen und Käse unter die abgekühlte Masse mischen und diese in die geölten Champignonköpfe füllen. Evtl. noch mit etwas Parmesan überstreuen.
Im vorgeheizten Ofen bei 200° 10-15 Minuten backen und warm oder kalt servieren.

Eingelegte Lauchstangen



4 mitteldicke Lauchstangen, 150 ml Gemüsebrühe, 1 Schuß Weißwein.
3 EL weißer Balsamico oder gemischt mit Orangenessig,
6 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, einige Basilikumblätter, ½ Chilischote [mit oder ohne Kerne], 1 TL Zucker.
2 EL Mayonnaise, 3 EL Natur-Joghurt, etwas abgeriebene Orangenschale, Pfeffer, Salz, 1 Prise Zucker, rosa Pfeffer

Die Wurzelenden der Lauchstangen abschneiden, 5 cm lange Stücke schneiden, gut waschen und in einem Brühe-Wein-Gemisch ca. 12-15 Minuten gar dünsten.

Warm in eine Mischung aus Öl, Essig, Pfeffer, Salz, Basilikumstreifen und kleingeschnittener Chilischote legen und ca. 2 Stunden oder länger durchziehen lassen.

Auf einem Teller mit einer Sauce aus Mayonaise, Joghurt, Orangenschale, Pfeffer, Salz, Zucker servieren und mit etwas rosa Pfeffer bestreuen.

Roastbeefröllchen

Pro Person eine Scheibe fertig gebratenes Roastbeef, ½ Avocado, ½ Mango, 4 mittelgroße weiße Champignons, 2-3 EL Mayonaise, Salz, Pfeffer, etwas geriebener frischer Ingwer, 1 Prise Zucker, 1 Limone, einige Bärlauch- oder Basilikumblätter, Olivenöl, einige Kirschtomaten zur Dekoration



Avocadofleisch in kleine Würfel schneiden, sofort mit Limonensaft beträufeln. Mango und Champignons ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Alle Zutaten vermengen, pikant abschmecken. Auf die Roastbeefscheiben geben und zu Röllchen wickeln.

Bärlauch- oder Basilikum sehr klein schneiden, mit dem Olivenöl und etwas Salz zu einem Pesto pürieren. [Größere Menge zubereiten und in einem Schraubglas im Kühlschrank aufbewahren.]

Die Röllchen auf Salatblättern servieren, Pesto über die Röllchen nappieren und mit den Tomaten umlegen. Dazu Toastscheiben reichen.

Salat von Flußkrebsfleisch und Apfel

200-250 g Flußkrebsschwänze, 2 feste säuerliche Äpfel, ½ Knollensellerie, ½ Zucchini, 1 Limette oder Zitrone, 3 EL Mayonaise, 1 TL Orangenessig oder weißer Balsamico, Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker, 1 Spritzer Tabasco
Zur Garnierung pro Person 1 Flußkrebsschwanz übrig lassen



Einige Streifen frittierte Pappadums [Indische Fladen aus dem Asia-Laden, die in heißem Öl ganz kurz knusprig aufgebacken werden.]

Die Flußkrebsschwänze waschen, trocknen und halbieren oder dritteln. Äpfel in Viertel schneiden, schälen, grob raspeln und sofort mit Limetten- oder Zitronensaft beträufeln. Sellerie und Zucchini schälen, ebenfalls raspeln und mit den geraspelten Äpfeln vermischen. Krebsfleisch dazutun, mit Mayonaise, Essig, Pfeffer, Salz und Zucker vermengen und pikant abschmecken.

Mit Hilfe eines Rings auf einen Teller geben, mit den ganzen Flußkrebsschwänzen und den Pappadumstücken servieren.

Duo von Jakobsmuschel und Scampi mit Erbsenschaum

Als ich das mal in einem Restaurant gegessen habe, ließ ich dem Koch ausrichten, dass ich zwar nicht satt, aber sehr glücklich sei!



250 g gefrorene grüne Erbsen, 2 Eiweiß, pro Person eine dünne Scheibe Mischbrot, 2 Fenchelknollen, 1 Zwiebel, je 1 Prise Safran oder Colorante, Curry und Zucker, gemörserter Fenchelsamen, Salz, Pfeffer, etwas Gemüsebrühe. Pro Person eine Jakobsmuschel und 1 Riesen-Scampi. 2 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer. Gemischter Salat [z. B. Romano, Radicchio, Feldsalat] als Garnierung, 2 EL Balsamico, 6 EL kaltgepreßtes Olivenöl, Salz, Pfeffer, 6-8 getrocknete Morcheln

Die Morcheln 20 Minuten in Wasser einweichen. Die Erbsen in wenig Salzwasser mit einigen Anis- oder Fenchelsamen ca. 6 Minuten garen und durch ein Sieb passieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und abkühlen lassen. Eiweiß mit etwas Salz in einem fettfreien Gefäß sehr steif schlagen und vorsichtig mit der Erbsenmasse vermischen. In ein Stielglas füllen und kühl stellen.
Die Brotscheiben mit gesalzener Butter bestreichen und im Ofen bei 180° goldgelb backen und beiseite legen.
Den Fenchel zubereiten wie Seite 153 [Fenchelgemüse-Variation]. Vinaigrette aus Essig, Öl, Salz und Pfeffer mischen.
Die Morcheln abgießen, nochmals gut waschen, in feine Ringe schneiden und kurz in Butter anbraten. Zur Vinaigrette geben.
Den Salat putzen und auf einem Teller anrichten. Mit ein paar Erbsen und der Vinaigrette nappieren.
Muscheln und Scampi in Olivenöl zusammen mit den angequetschten Knoblauchzehen scharf anbraten. Salzen, pfeffern und auf kleiner Hitze ca. 3 Minuten garen. In Jakobsmuscheln auf Fenchelgemüse-Bett auf dem Salatteller anrichten. Getoastetes Brot über den Rand der Erbsenschaumgläser klemmen.

Garnelennest auf Spargel-Salat

Das ist, abgewandelt, vom „Perfekten Dinner". Eine dekorative Super-Idee!



Pro Person 1 Garnele, 1 Packung Kataifi-Teigfäden [in türkischen Läden], 1 Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer, Öl zum Frittieren
250 g grüner und weißer Spargel, etwas Feldsalat oder Rucola, 4 frische oder 8 getrocknete Aprikosen, Olivenöl, Walnuss- oder Macadamiaöl, Orangenessig oder weißer Balsamico, 1 EL Basilikum oder Petersilie, gehackt, Salz, Pfeffer, 2 EL Pinienkerne, Balsamico-Creme oder -Reduktion

Spargel schälen, schräg in sehr dünne Scheiben schneiden und mit Salz und etwas Zucker bestreut ziehen lassen.
Die Aprikosen in kleine Stücke schneiden. Spargel aus dem entstandenen Sud heben, zusammen mit Aprikosenstücken und Basilikum oder Petersilie in eine Schüssel geben. Mit Essig, Öl, Salz und Pfeffer abschmecken und einige Zeit durchziehen lassen.
Pinienkerne ohne Fett rösten.
Den Salat als Turm auf dem Teller anrichten, in der Mitte eine „Schneise" oder Rille ziehen, die Pinienkerne auf den Teller streuen und den Feldsalat oder Rucola darum herum drapieren.
Garnelen aus der Schale lösen und den Darm entfernen. Die Garnelen mit durchgedrücktem Knoblauch, Pfeffer und Salz würzen, jeweils mit einer Handvoll Teigfäden einwickeln und etwas festdrücken. Das Öl auf 150° bis 160° erhitzen und die Häufchen einzeln sehr kurz frittieren, bis die Fäden goldbraun sind. Kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen.
In der „Schneise" auf dem Salat anrichten und den Teller mit einigen Tropfen Balsamico-Reduktion ausgarnieren.

Auberginen-Tomaten-Turm



2 Auberginen, 1 rote Zwiebel, 5 mittelgroße Tomaten, 2 Knoblauchzehen, Pfeffer, Salz, etwas Mehl, Salatblätter zur Garnierung

Auberginen waschen, die beiden Enden abschneiden und den Rest quer in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Auf einem großen Brett ausbreiten und von beiden Seiten salzen. Ca. 10 Minuten Saft ziehen lassen, damit die Bitterstoffe entzogen werden. Mit Küchenkrepp abtupfen, die Scheiben in Mehl wälzen und in Olivenöl weich und goldbraun braten. Auf Küchenkrepp ausbreiten und abkühlen lassen.
Zwiebel und Knoblauch häuten und in kleine Würfel schneiden. In Öl andünsten, dann die enthäuteten und klein gewürfelten Tomaten dazugeben und alles unter mehrmaligem Umrühren einkochen. Die Flüssigkeit sollte fast vollständig verdampft sein.
Die Masse auf die Auberginenscheiben streichen und jeweils drei Scheiben aufeinander setzen. Mit Salat garnieren, etwas Vinaigrette darüber träufeln und warm oder kalt mit etwas Salat und einer Scheibe Baguette servieren.

Reis-Spinat-Garnelen-Timbal



Ca. 250 g fertig gekochter Basmati-Reis, 1 Paket TK-Blattspinat, 1 kleine Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, ca. 250 g gekochte Garnelen, 3 Kirschtomaten, Butter, Olivenöl, 3 EL Sahne, etwas Petersilie oder Rucola zum Garnieren

Zwiebel und Knoblauch sehr fein hacken und in Butter-Öl-Gemisch andünsten. Den aufgetauten Spinat zugeben und mit Sahne unter mehrmaligem Umrühren gardünsten und vorsichtig einkochen lassen.

Garnelen abspülen, abtrocknen und ganz kurz in Olivenöl schwenken, das mit Knoblauch, etwas Curry, Salz und Pfeffer gewürzt ist.
Die Tomaten in Scheiben schneiden, kurz in Butter anbraten, pfeffern und salzen.

Pro Person einen Ring von ca. 7 cm Ø auf einen mit gehackter Petersilie oder Rucola bestreuten Teller setzen. Zuerst eine Schicht von ca. 2 cm Reis [evtl. in der Mikrowelle erwärmt] in den Ring füllen und festdrücken. Darauf ca. 2 cm Spinat locker einfüllen. Darauf die Garnelen kreisförmig anrichten und in die Mitte jeweils eine Tomatenscheibe setzen. Den Ring vorsichtig hochziehen und die Vorspeise warm servieren.

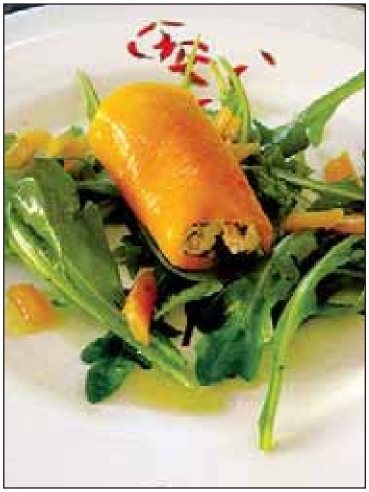
Lachsröllchen mit Ricotta und Zitrone



100 g Staudensellerie, 1 Bund Schnittlauch, pro Person eine große Scheibe Räucherlachs und 2-4 Extrascheiben, 100 g Ricottakäse, 1 unbehandelte Zitrone, Salz, Pfeffer, Zucker, Olivenöl, 1 rote Paprika, 400 g Salatgurke, Zitronenscheiben, Balsamico

Staudensellerie putzen, in kleine Würfel schneiden und 3 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen.
Zum Binden der Lachsröllchen besonders lange schöne Schnittlauchhalme beiseite legen. Den Rest in feine Röllchen schneiden. 2-4 Lachsscheiben fein würfeln.
Ricotta, 1 TL abgeriebene Zitronenschale, 2 EL Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Prise Zucker, Selleriewürfel, Lachsstückchen und Schnittlauchröllchen miteinander vermengen.
Lachs-Ricotta-Sellerie-Masse auf die Lachsscheiben streichen, diese aufrollen, mit einem Schnittlauchhalm zusammenbinden und kalt stellen.
Paprika putzen, mit einem Sparschäler schälen und sehr fein würfeln. 2 EL Zitronensaft und/ oder weißen Balsamico, Salz, Pfeffer, Zucker, Olivenöl verschlagen und die Paprikawürfel unterrühren. Gurke so schälen, dass noch Hautstreifen stehen bleiben, dann in dünne Scheiben schneiden. Paprikavinaigrette auf Tellern verteilen, die Lachsröllchen darauf legen, mit Zitronen- und Gurkenscheiben garnieren und mit etwas Balsamico-Creme nappieren.

Paprikarolle mit Thunfischfüllung





Pro Person ½ gelbe Paprika, 150 g Thunfisch aus der Dose, 50 g Mayonaise, 1 EL Kapern, 1 EL Petersilie, gehackt. 100 g Rucola, 2 EL weißer Balsamico, 3 EL Olivenöl

Die Paprika halbieren und enthäuten [siehe Seite 17]. Thunfisch fein hacken und mit Mayonaise und den Gewürzen vermengen und abschmecken. Auf die Paprikahälften verteilen, einrollen und auf Rucolasalat anrichten. Mit Essig-Öl-Gemisch beträufeln.

Variation: Rote längliche Paprikaschoten verwenden und auf Bärlauch oder Rucola in Scheiben geschnitten servieren. Evtl. mit in Mehl gewälzten und ausgebackenen Kapern bestreuen.

Suppen



Brokkolisuppe



500 g Brokkoli, 1 l Gemüsebrühe, ¼-½ Becher Sahne, 1 Limette, Salz, Pfeffer, Muskat und Muskatblüte, etwas Knoblauchsalz, rosa Pfeffer zum Garnieren

Den Brokkoli waschen, die Strünke schälen und in Stücke schneiden, die Röschen zerpflücken. In leichter Gemüsebrühe mit zwei Stückchen Muskatblüte gar kochen. Die Röschen herausnehmen und kurz kalt abspülen, damit sie die grüne Farbe behalten. Einen guten Schuß Sahne zugeben und den Brokkoli bis auf ein paar Röschen zum Garnieren mit dem Pürierstab zerkleinern, so dass eine sämige Suppe entsteht, die nicht zu dickflüssig sein sollte. Abschmecken mit etwas geriebener Limettenschale, 1 EL Limettensaft, Salz, Pfeffer, geriebener Muskatnuß.
In einem Suppenteller servieren mit einigen Brokkoliröschen, ein paar Sahnetropfen oder gehobelter gefrorener Sahne und einigen eingestreuten rosa Pfefferbeeren.

Blumenkohlsuppe mit Baconstreifen



1 kleiner Blumenkohl, 500 ml Gemüsebrühe, 1 TL Curry, ½ TL Colorante [spanischer Safranersatz] oder eine Prise echter Safran, ¼-½ Becher Sahne, Baconstreifen, evtl. Kürbiskernöl

Den Blumenkohl in sehr kleine Röschen zerpflücken. In die kochende Gemüsebrühe geben und mit Curry und Colorante ca. 10-15 Minuten kochen. Einige noch bißfeste Röschen zum Garnieren vorher herausnehmen.



Mit dem Mixstab sehr fein pürieren, einen guten Schuß Sahne zugeben und unterschlagen. Abschmecken mit Pfeffer, Salz und geriebenem Muskat.
Baconstreifen zwischen Haushaltpapier in der Mikrowelle bei 600 W ca.
2 Minuten knusprig ausbacken [oder in der Pfanne].
Die Suppe auf einen Teller geben, mit den Blumenkohlröschen und den Baconstreifen und evtl. einigen Safranfäden garnieren oder mit etwas Kürbiskernöl beträufeln.

Variation: Statt der Baconstreifen einige Garnelen oder kleine Flußkrebsschwänze verwenden. Dann etwas mehr Curry und Safran[fäden] verwenden. Evtl. mit einem kleinen Schuß Pernod [Anisschnaps] abschmecken.

Eine schnell gekochte, preiswerte, wohlschmeckende, satt machende Suppe meiner Mutter aus der Nachkriegszeit, hier ein kleines bißchen verfeinert.

AMAs Gebrannte Grießsuppe



1-2 EL Butter, 3 EL Grieß, ½ TL granuliertes Zwiebelpulver, ca. 1 l Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, frisch geriebene Muskatnuß, 1 EL Sahne pro Teller, Bärlauchöl oder Paprikabutter

Butter in einem Topf schmelzen, den Grieß und das Zwiebelpulver dazugeben und unter Rühren leicht anbräunen. Mit der Brühe ablöschen und zu einer sämigen, aber nicht zu dünnflüssigen Suppe quellen lassen. Abschmecken und in tiefe Teller füllen. Jeweils 1 EL Sahne kreisförmig auf die Suppe geben und in die Mitte einen Klecks Bärlauch- oder Kürbiskernöl.

Kartoffelsuppe mit Räucherlachs oder geräucherter Forelle



Mehlige Kartoffelstücke mit Suppengrün zusammen weich kochen. Mit dem Stabmixer pürieren, mit Sahne, Majoran, frischem Oregano oder Estragon würzen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Den klein geschnittenen Räucherlachs oder in Stücke geschnittene Räucherforelle in einen Teller geben, die Suppe darauf gießen und mit einem Klecks aus geschlagener Sahne und einem Kräuterzweig garnieren

Schneckencremesuppe

Ein leckeres Süppchen für Leute, die die Schnecken nicht sehen wollen!



1 Dose Schnecken [200 g], 2 Schalotten, 1-2 Knoblauchzehen,
ca. 150 ml Weißwein, ca. 200 ml Gemüsebrühe, ½ -1 Becher Sahne,
1 EL Kräuterbutter, Salz, Pfeffer, 1 EL Mehl, 1 EL Butter

Schnecken durch ein Sieb abgießen [den Sud aufbewahren] und in kleine Stücke schneiden. Klein geschnittene Schalotten und Knoblauch in Kräuterbutter andünsten, mit Weißwein ablöschen, Gemüsebrühe dazugeben und einkochen lassen.
Aus Butter und Mehl in einem Topf mit dem Schneebesen eine hellbraune Mehlschwitze anrühren. Zuerst mit kaltem Wasser, dann nach und nach mit der durch ein Sieb gegossenen Brühe zu einer nicht zu dicken Suppe rühren. Vor dem Servieren Sahne und Schneckenstücke dazugeben und noch einmal erwärmen. Mit etwas geschlagener Sahne und einem Petersilien- oder Kräuterzweig garnieren.

Feine Kartoffelsuppe mit getrüffelten Schneebällchen

Hmmm!!!
Ich will mich ja nichts selbst loben – aber die Idee mit den Schneebällchen ist von mir!



4 Kartoffeln, 1 kleine Zwiebel, 1 Knoblauchzehe mit Schale, ½ l Milch, ½ l Gemüsebrühe, 1 EL Trüffelbutter, 1-2 EL Trüffelöl, evtl. etwas Sahne, Trüffel [nicht die teuersten!], 2 Eiweiß

Kartoffeln und Zwiebeln schälen, in kleine Würfel schneiden und in gesalzenem Milch-Gemüsebrühe-Gemisch weich kochen. Mit dem Mixstab sehr fein pürieren, evtl. etwas Flüssigkeit nachgießen, die Suppe soll nicht zu dickflüssig sein. Abschmecken mit Pfeffer, Salz, Trüffelbutter und -öl.
Trüffel in hauchdünne Scheiben hobeln, einige zur Dekoration aufheben, die anderen in sehr kleine Stückchen schneiden.
Eiweiß mit einer Prise Salz sehr steif schlagen und die Trüffelstückchen unterheben. Mit zwei Teelöffeln Bällchen abstechen und in einem großen Topf nebeneinander mit Abstand auf kochendes Wasser setzen und von jeder Seite 2-4 Minuten pochieren.
Die Suppe in einen Teller oder eine Suppentasse geben und jeweils einige Schneebällchen aufsetzen und mit einer Trüffelscheibe garnieren. Evtl. noch etwas Trüffelöl über die Suppe gießen.

Kalte Melonensuppe mit Minze-Sorbet



1 kg rote Wassermelone, 180 g feiner Zucker, 500 ml Wasser, 40 g frische Pfefferminze, Saft einer Zitrone oder Limone

Die Melonen von Kernen befreien, Fleisch in Stücke schneiden und mit dem Mixer pürieren. Durch ein Sieb in eine Schüssel streichen. Je nach Geschmack 30 g Zucker und Zitronen- oder Limonensaft [oder Limonensirup der Fa. Monin] hinzufügen, abdecken und zwei Stunden kalt stellen.

150 g Zucker und 80 ml Wasser in einem Topf erhitzen und unter ständigem Rühren zu Sirup kochen. Dann abkühlen lassen. Wenn der Sirup erkaltet ist, klein gehackte Minze und Zitronen/ Limonensaft nach Geschmack zufügen. In einer Metallschale in den Gefrierschrank stellen, bis sich Eiskristalle bilden, gut umrühren, zurückstellen usw., bis die Masse zu Sorbet gleichmäßig gefroren ist.
Man kann die kalte Suppe auch mit ausgestochenen Melonenkugeln und Pfefferminz- oder Zitronenmelissenblättchen servieren.

Kalte Paprikasuppe



500 g gelbe Paprikaschoten, ½ Bund glatte Petersilie, 2-3 Zweige frischen Thymian, 1 Zweig Rosmarin, 3 Schalotten, 1-2 Knoblauchzehen, 3 EL Olivenöl, 1 TL Rosenpaprika, 200 ml trockener Weißwein, 500 ml Hühnerbrühe, Salz, Pfeffer, ein Spritzer weißer Balsamico-Essig, 1 Prise Zucker, evtl. 2 EL Crème fraîche, 8 dünne Scheiben Bacon

Vom Rosmarin einige Nadeln zum Garnieren aufbewahren, die anderen Kräuter zusammenbinden. Paprika entkernen und in Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauch ebenfalls fein würfeln und mit den Paprikawürfeln in Öl andünsten, bis die Schalotten glasig sind. Paprikapulver kurz mit andünsten, mit Wein ablöschen und bei großer Hitze auf die Hälfte einkochen lassen. Die Kräuter und die Brühe dazugeben und alles zugedeckt 10 Minuten köcheln lassen, bis die Paprikastücke sehr weich sind. Die Kräuter entfernen und die etwas abgekühlte Suppe mit dem Mixstab fein pürieren. Durch ein feines Sieb streichen und pikant abschmecken. Evtl. mit Crème fraîche verfeinern und für 2 Stunden in den Kühlschrank stellen.
Zum Servieren Bacon ziehharmonikaartig auf Spieße stecken und zwischen zwei doppelten Haushaltpapierlagen in der Mikrowelle bei 600 W ca. 3 Minuten knusprig backen. Die Suppe mit Rosmarinnadeln bestreuen und die mit Pfeffer bestreuten Spieße auf die Suppentassen legen.

Kalte Avocadosuppe



2 reife Avocados, 2 Limetten, 1 große Salatgurke, 1 Bund Koriander, 1 Liter Geflügelbrühe, Salz, Pfeffer, 1 gute Prise Zucker.
3 Scheiben Toastbrot, 4 EL Butter, 2 Knoblauchzehen,
1 TL Paprikapulver, edelsüß, 1 Prise Cayennepfeffer

Die Avocados halbieren und den Kern entfernen. Das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale heben und in den ausgedrückten Limettensaft geben. Das Fruchtfleisch grob zerkleinern. Die Gurke schälen, die kernige Mitte mit einem Eßlöffel entfernen und das Fruchtfleisch ebenfalls grob würfeln. Alles zusammen in den Mixer geben und pürieren. Das Püree durch ein feines Sieb streichen. So viel Geflügelbrühe zum Püree hinzumischen, dass eine sämige, nicht zu dicke Suppe entsteht. Den Koriander waschen, die Blätter abzupfen und fein hacken. Mit Salz, Pfeffer und Koriandergrün kräftig würzen. Für etwa 2 Stunden kühl stellen.

Inzwischen das Toastbrot klein würfeln und in Butter mit durchgepreßtem Knoblauch goldbraun braten. Mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Paprika würzen und ganz auskühlen lassen. Die Suppe nochmals umrühren, in Teller füllen und mit den Brotwürfeln bestreuen oder diese extra dazu reichen.

Linsensuppe mit Orange und Curry



300 g rote Linsen, 1 Gemüsezwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 walnussgroßes Stück Ingwer, Zesten von einer Orange, 1 l Brühe, 100 ml Sahne, 1-2 EL Curry

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen, klein schneiden und in Olivenöl anschwitzen. Die Orangenschale, den geschälten und fein geriebenen Ingwer und das Currypulver hinzugeben und ebenfalls mit anschwitzen.

Die Linsen dazugeben und mit der Brühe auffüllen. Das Ganze 10-15 Minuten kochen, bis die Linsen gar sind. Sahne dazugießen, nochmals aufkochen und mit Salz und Zitrone abschmecken.

Man kann den Esau verstehen bei den Linsengerichten!

Linsensuppe mit Aprikosen und Honig



8 Aprikosen, getrocknet, ungeschwefelt, 1 mittelgroße Zwiebel, 1 EL Öl, 1 Liter Gemüsebrühe, 200 g rote Linsen, Salz, 2-3 EL Apfelessig oder anderer Fruchtessig, 2 EL Honig, 2 EL Crème fraîche, 3 Zweige frische Pfefferminze oder ½ Bund glatte Petersilie, 1 unbehandelte Zitrone

Aprikosen in wenig Wasser einweichen. Zwiebel schälen, würfeln und in heißem Öl andünsten, mit der Gemüsebrühe ablöschen und zum Kochen bringen. Die Linsen zugeben und bei schwacher Hitze ca. 16 Minuten garen. Anschließend pürieren und mit Salz, Essig und Honig abschmecken. Pfefferminze oder Petersilie waschen, ein paar Blättchen zum Garnieren aufheben, den Rest fein hacken und zur Suppe geben. Die Crème fraîche einrühren. Zitrone heiß abwaschen und mit einem Zestenreißer die Zitronenschale abkratzen. Den Saft auspressen und nach Geschmack zur Suppe geben.
Aprikosen kurz abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden. Auf Tellern verteilen, die heiße Suppe darüber geben und mit den Pfefferminz- oder Petersilienblättchen und den Zitronenschalenzesten garnieren.

Papayasuppe

½-1 rote Chilischote, ½ Bund Koriandergrün, 2 mittelgroße reife Papaya, 150 g Crème fraîche, 600 ml Gemüsebrühe, Salz, 1-2 EL Limettensaft, etwas abgeriebene Limettenschale, Pfeffer, Salz, Zucker, Olivenöl



Koriandergrün klein schneiden, Wurzeln ganz lassen. Chili putzen, mit oder ohne Kerne in feine Streifen schneiden und zusammen mit den Korianderwurzeln in Olivenöl anbraten, mit der Gemüsebrühe ablöschen und leicht köcheln lassen. Papaya schälen und die Kerne entfernen. Aus der Hälfte des Papayafleisches mit einem Kugelausstecher Kugeln formen. Restliches Papayafleisch mit Crème fraîche pürieren und mit Brühe zusammen mit dem Chili aufkochen, mit Salz und Limette und 1 Prise Zucker abschmecken.
Die Papayakugeln kurz in der Suppe erwärmen. Koriander über die Suppe streuen.

Tomatenconsommé mit Krabben

500 g Tomaten, 2 Schalotten, 1 Knoblauchzehe, Wasser, Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, 2 EL Olivenöl, Prise Zucker, ein Spritzer Zitrone. 100-150 g Garnelen



Tomaten, Schalotten, Knoblauch klein schneiden und mit Salz, Pfeffer und dem Olivenöl in Wasser aufkochen und 15 Minuten leise köcheln lassen. Die Masse auf ein mit Mulltuch ausgelegtes Sieb geben oder durch immer wieder ausgewechselte Kaffeefilter ca. eine Stunde abtropfen lassen.



Die aufgefangene Flüssigkeit im Topf erhitzen und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Mit einem Spritzer Zitronensaft und Basilikumblättern abschmecken. Einige mit Knoblauch gebratene Garnelen dazugeben.

Variation: Die Suppe kann auch dicker bleiben. 2 EL Tomatenmark mit den Tomaten zusammen kochen. Die Suppe durch ein grobes Sieb streichen, damit alle Schalen und Kerne entfernt werden. Sahne dazugeben und Krabben kurz vor dem Servieren darin erhitzen. Mit Curry abschmecken.
Mit Sahneklecks und etwas Currypulver garnieren.

Erbsenschaumsuppe mit Minze



1 Gemüsezwiebel, Olivenöl, 2 Knoblauchzehen, 2 EL Pernod, 1 l Gemüsefond oder gekörnte Brühe, 300 ml trockener Weißwein, 1 Becher Sahne. 750 g TK-Erbsen, 4 kleine Zweige Minze, Salz, weißer Pfeffer, Minze zum Garnieren

Die Gemüsezwiebel putzen und in feine Scheiben schneiden. Den Knoblauch fein hacken. Das Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Mit Pernod ablöschen, den Gemüsefond und Weißwein angießen und alles bei mittlerer Hitze 20 Minuten köcheln lassen. Anschließend ½ Becher Sahne zugießen, kurz aufkochen und dann die Erbsen zufügen. Die Minze erst kurz vor dem Pürieren rupfen und in den Topf geben, damit die ätherischen Öle erhalten bleiben. Dann alles mit dem Küchenmixer pürieren. Durch ein Sieb streichen, um die Erbsenschalen zu entfernen. Die restliche Sahne in die Suppe rühren. Die soll eine sämige, nicht zu dickflüssige Konsistenz haben. Nur noch erhitzen, nicht mehr kochen. Zum Schluss mit Salz, Pfeffer und Pernod pikant abschmecken und mit etwas leicht geschlagener Sahne und Minze garnieren.

Frickenhäuser Mostsuppe

Ehrbar's – Fränkische Weinstube hatte zur Suppe gleich das Rezept mitgeliefert!



1 kleine Karotte, ½ Zwiebel, 1 Stück Sellerie, ½ Stange Lauch, 2 EL Butter, 1 geh. EL Mehl, ¾ Liter Gemüse- oder Fleischbrühe, ¼ l Silvaner oder Müller-Thurgau, ½ Becher Sahne, Salz, 2 Scheiben Toast, in Würfel geschnitten, 1 TL Zimt bzw. nach Geschmack, 1 EL Butter, einige blanchierte Juliennestreifen von Karotte



Zwiebeln und Gemüse in Würfel schneiden und in Butter in einem Topf glasig andünsten, mit dem Mehl bestäuben, eine Einbrenne machen und mit der heißen Brühe auffüllen. Den Wein dazugießen, das Gemüse gar kochen lassen und mit Salz, je 1 Prise Zimt und Zucker abschmecken. Die Gemüsewürfel mit dem Pürierstab zerkleinern. [Die Karottenstücke vorher entfernen, damit die Suppe nicht so orange wird.]

Die Weißbrotwürfel in Butter goldgelb braten, dann den Zimt dazugeben. Die Suppe mit der Sahne mischen, heiß werden lassen. In Tasse oder Teller anrichten und mit Weißbrotwürfeln und Karottenjulienne garnieren.

Petersilienwurzelsuppe



5-6 Petersilienwurzeln, 2 Kartoffeln, 1 Schalotte, 1 EL Butter, 1 l Gemüsebrühe, ½ Becher Sahne, Pfeffer, Salz, je 1 Prise Cayennepfeffer und Korianderpulver, 1 paar Blättchen Blattpetersilie

Petersilienwurzeln und Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden, Schalotte klein würfeln und in Butter andünsten. Petersilien- und Kartoffelstücke dazugeben, kurz andünsten, dann mit Gemüsebrühe ablöschen und ca. 15-18 Minuten weichkochen. Mit dem Mixstab pürieren, Sahne zugeben, evtl. noch etwas verdünnen. Mit Pfeffer, Salz, Cayennepfeffer und Korianderpulver abschmecken.

In Suppentassen mit Blattpetersilie servieren oder mit einem Schaschlikspieß mit knusprig gebackenem Bacon [Siehe Seite 29].

Topinambur [Jerusalem-Artischocke] schmeckt nußartig und lecker, wird wie Kartoffel verwertet, ist aber ein Pups-Gemüse!!!

Topinambursuppe



1 kg Topinambur, 2 große Zwiebeln, 80 g Butter, 4 Tassen Wasser, etwas Instant-Gemüsebrühe, 1 Tasse Milch, Salz, Pfeffer, Muskatnuß oder -blüte, 1 Prise Zimt, Paprikapulver, 5 EL Sahne, geröstete Brotwürfel,



Zwiebeln klein schneiden und in Butterschmalz anschwitzen, aber nicht bräunen. Topinambur schälen, in Scheiben oder Würfel schneiden und zu den Zwiebeln geben. Wasser, Milch, Salz, Pfeffer und geriebene Muskatnuß oder ein Stückchen getrocknete Muskatblüte dazugeben und 15 Minuten kochen lassen. Sahne in die Suppe gießen, alles mit dem Mixer pürieren. Die Suppe durch ein Sieb streichen.

Kurz vor dem Servieren erhitzen, aber nicht mehr kochen und noch einmal mit dem Mixer aufschäumen.

Nachwürzen, evtl. mit einer Prise Zimt und mit Paprika bestäuben und sofort mit gerösteten Brotwürfeln servieren.

Thailändische Kürbissuppe



400 g Muskatkürbis oder Hokkaido, 2 Knoblauchzehen, 1 Zwiebel, 1 Stück Ingwer, 1 Zitronengrasstange, 4 Limettenblätter [Asia-Laden], 250 ml Geflügelbrühe, 50 ml trockener Weißwein, 200 ml Kokosmilch, 1 EL Honig, 2 EL Orangenessig, 1-2 TL grüne Currypaste, frisches Koriandergrün, Limettenschale, Kurkuma [Menge nach Geschmack]

Muskatkürbis schälen, entkernen und in grobe Würfel schneiden. Grob gewürfelte Zwiebel mit gehacktem Knoblauch, Ingwer in Öl anschwitzen, Kürbiswürfel mit anbraten, salzen, pfeffern und mit Weißwein ablöschen. Dann die Geflügelbrühe, die Kokosmilch, Zitronengras, in Streifen geschnittene Limettenblätter und den Honig hinzugeben und das Ganze ca. 20 Minuten köcheln lassen.

Die Suppe mit dem Mixstab pürieren und durch ein Sieb streichen. Evtl. noch Geflügelbrühe zufügen; die Suppe sollte nicht zu dicklich sein. Vorsichtig mit grüner Currypaste würzen. Mit Orangenessig, frischem gehackten Koriandergrün, Limettenschale und Kurkuma abschmecken.

Mango-Orangen-Suppe



1 reife Mango, 3 cm Ingwer, 50 ml Orangensaft, 150 ml Gemüsebrühe, 5 EL Sahne, Curry, Cayennepfeffer, Pfeffer, Salz nach Geschmack, 1 Prise Zucker, Basilikum- oder Petersilienblätter, 250-300 g Flußkrebsschwänze oder gek. Schinken

Mango schälen, vom Kern und in kleine Würfel schneiden, Ingwer schälen und fein reiben. Mangowürfel, Ingwer, Orangensaft mit dem Mixstab pürieren, durch ein feines Sieb in einen Topf streichen, mit der Sahne und der Gemüsebrühe aufkochen und mit dem Mixstab aufschäumen.
Mit den Gewürzen abschmecken. Die Krebsschwänze abbrausen, trocknen und in der Suppe erhitzen. In einem heißen Teller mit in Streifen geschnittenen Basilikum- oder Petersilienblättern bestreuen.

Variation: Statt der Flußkrebsschwänze kann man auch in Würfelchen oder in Streifen geschnittenen gekochten Schinken verwenden oder die Suppe im Sommer auch kalt, mit kleinen Mangowürfelchen reichen.

Klare Ochsenschwanzsuppe



3-4 große Ochsenschwanzstücke, 250 g Rinderquerrippe oder 3 Rinderknochen, 1 Bund Suppengrün, 2 Zwiebeln, 2 frische Lorbeerblätter, 2 EL Öl, 4-6 Nelken, Majoran, Salbei, Thymian, 2 l Wasser, Salz, Öl, 4 EL Madeira oder Sherry, Backerbsen

Suppengrün kleinschneiden. Zwiebeln mit den Nelken bestecken und kurz anbraten. Fleisch und Knochen waschen, trocknen und in Öl anbraten. Suppengrünwürfel mit andünsten und dann Wasser nach und nach angießen, Gewürze dazugeben und alles auf kleinster Flamme bis zu 3 Stunden gar köcheln, bis sich das Fleisch leicht von den Knochen löst.
Fleisch aus der Brühe nehmen, diese durch ein feines Sieb oder durch einen Kaffeefilter gießen. Zurück in einem Topf mit Madeira oder Sherry abschmecken. Fleisch von den Knochen lösen, klein schneiden und in die Suppe geben und erhitzen.
Auf gewärmten Tellern servieren mit Backerbsen, die sich jeder selbst auf die Suppe streut, damit sie knusprig bleiben.

Partygag nach Stefan Marquard – schmackhaft und witzig, ist aber nichts für zarte Seelchen!

Reagenzglas-Suppen



3 verschiedenfarbige Suppen z. B. grüne Spinat/ Erbsen/ Bärlauch-Suppe, weiße Käse-Sahne/ Fisch-Kartoffel-Suppe und orangerote Tomaten/ Paprika/ Kürbis/ Rote Bete-Suppe

in Reagenzgläser von mindestens 2 - 2 ½ cm Ø füllen mit Stöpsel aus Garnele, Karotte etc. je nach Geschmack. Im Glas servieren evtl. mit Kräutern als ‘Blumenstrauß’.
Auf dem Foto Kartoffelsuppe, Kürbissuppe, Rote Bete-Suppe mit Flußkrebsschwänzen, vorsichtig heiß mit Trichter eingefüllt oder in der Mikrowelle erwärmt.



...oder auch das!?

Variation: Verschiedenfarbige warme Suppen z. B. in ausgehöhltem rohen Gemüse servieren: z.B. Kartoffelsuppe in Kartoffeln, grüne oder rote Suppen in Paprika, Kürbissuppe in Kürbis etc.

Für die Standfestigkeit am Boden des Gemüses eine flache Auflagefläche schneiden.

Rote Bete-Suppe



2 mittelgroße rote Bete, 2 kleine Kartoffeln, Salz, Pfeffer, 2 Zwiebeln, 2 cm Ingwerwurzel, 30 g Butter, ¾ l Rindfleischbrühe, 1-2 EL Orangenessig, 100 ml Orangensaft, etwas Dill oder Schnittlauch, 1 Prise Zucker, ½ Becher Sahne

Rote Bete und Kartoffeln ungeschält gar kochen. Zwiebeln klein schneiden und in Butter anrösten. Ingwer schälen, so in Scheiben schneiden, dass sie an einer Seite noch zusammenhängen. Rote Bete und Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden, mit dem Ingwer zu den Zwiebeln geben, mit der Brühe auffüllen und ca. 12 Minuten köcheln lassen. Den Ingwer herausnehmen und dann alles mit dem Pürierstab zerkleinern, je nach Belieben als dickere oder dünnere Suppe verwenden und mit Salz, Pfeffer, Essig und Orangensaft abschmecken. Evtl. durch ein feines Sieb streichen und noch etwas frischen Ingwer in die Suppe reiben.
Mit Dill oder Schnittlauch dekorieren und leicht geschlagene Sahne darauf verteilen.

Variation: *Orangenstreifen für Dekoration:* 1 unbehandelte Orange, 4 EL Zucker, 1 TL Öl, Salz. Orange heiß abspülen, Haut dünn schälen und in feine Streifen schneiden. Mit 100 ml Wasser, 2 EL Zucker, Öl und Salz bei milder Hitze kochen, bis das Wasser fast verdampft ist. Streifen auf ein Backpapier verteilen, mit den restlichen 2 EL Zucker bestreuen und über Nacht trocknen lassen. Die Orangenscheiben statt Dill oder Schnittlauch verwenden.

Karottensuppe à l'Orange

500 g Karotten, 1 Zwiebel, 100 g Kartoffeln, 20 g Butter, 1 l Gemüsebrühe, 1 unbehandelte Orange, Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle, etwas frisch geriebener Ingwer, evtl. einen Spritzer Tabasco, pro Person 1 Riesengarnele



Das Gemüse putzen, schälen und alles grob würfeln. Butter in einem Topf zerlassen, die Zwiebelwürfel darin andünsten, Kartoffel- und Karottenwürfel dazugeben, 5 Minuten dünsten, dann die Hälfte der Brühe zugießen. Im geschlossenen Topf ca. 18-20 Minuten garen. Wenn das Gemüse weich ist, alles pürieren und die restliche Brühe dazugeben, so dass eine sämige, aber nicht zu dicke Suppe entsteht. Orangenschale abreiben, in die Suppe geben, ebenfalls den geriebenen Ingwer und weitere 5 Minuten köcheln lassen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken, in einen Teller gießen und eine in Knoblauch-Ingwer-Öl gebratene Garnele in die Mitte legen.

Meerrettichsuppe mit Tafelspitzstreifen

Tafelspitz kochen oder Tafelspitz-Reste verwenden,
200 ml Tafelspitzbrühe, 2 kleine Schalotten, 1 EL Butter,
1-2 EL Mehl, 100 ml Weißwein, 100 ml Sahne oder Milch,
frisch geriebener Meerrettich nach Geschmack, ½ geriebener säuerlicher Apfel, Pfeffer, Salz, Prise Zucker.
Evtl. 1 Karotte, zu Romben geschnitten und gekocht oder etwas Schnittlauch



Zwiebeln sehr fein schneiden und in Butter andünsten, Mehl dazugeben und nach und nach mit der Brühe und dem Weißwein zu einer hellen Soße bzw. Suppe rühren. Die Sahne, den geriebenen Meerrettich und Apfel dazugeben und aufkochen lassen. Durch ein feines Sieb streichen.
Vor dem Servieren ein gutes Stück eiskalte Butter zugeben, abschmecken, mit Tafelspitzstreifen, Karottenromben servieren und/oder geriebenem Meerrettich.

Süßkartoffelsuppe

1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 3 cm geschälter Ingwer,
1 Prise Zimt, 800 g gelbe Süßkartoffeln, 4 EL Öl, 1 l Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, 4 EL Petersilie, 6 EL saure Sahne oder Crème fraîche, 1 TL Zitronensaft, Kürbiskernöl



Süßkartoffeln schälen und klein würfeln. Zwiebeln, Knoblauch und geschälten Ingwer fein hacken und in Olivenöl anbraten. Nach 1-2 Minuten die Kartoffelwürfel dazu geben. Die Brühe angießen, eventuell noch etwas Wasser angießen, bis die Flüssigkeit das Gemüse leicht bedeckt. Pfeffern, salzen und aufkochen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze 8-10 Minuten köcheln lassen.
Petersilie fein hacken. Suppe mit saurer Sahne und Zitronensaft erhitzen, nicht mehr kochen, fein pürieren und mit Zimt abschmecken. Die Suppe mit der Petersilie und etwas Kürbiskernöl servieren.

Variation: Mit Orangensaft und Tabascospritzern abschmecken.

Spargelconsommé



800 g weißer Spargel, einige grüne Spargelstangen, 1 ½ l Gemüsebrühe, ½ Glas trockener Weißwein, 1 Eiweiß, Pfeffer, Salz, etwas Zucker

Den Spargel schälen und in kleine Stücke schneiden, die Spitzen als 5 cm lange Stücke beiseite legen. Die Spargelstücke in Butter anbraten, mit Salz und ein wenig Zucker würzen. Mit dem Weißwein ablöschen. 1 ½ Liter Gemüsebrühe dazugeben und 30 Minuten köcheln. Durch ein Sieb gießen und über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen. Das Fett abschöpfen. Evtl. mit einem Eiweiß klären [unter ständigem Rühren aufkochen, Schaum abschöpfen] und nochmals eine Stunde abkühlen lassen. Die Suppe nochmals durch ein Sieb gießen und mit den Spargelspitzen ca. 10 Minuten kochen.

Thailändische Kokosnußsuppe mit rotem Curry



1-2 Hühnerbrustfilets, 5 EL leichte Sojasoße [Kikkoman], 3 Limonenblätter, 3-4 Korianderwurzeln [vom Koriandergrün aus dem Asia-Laden], 4 Stangen Zitronengras, 1 TL rote Thai-Currypaste, 1 walnußgroßes Stück Ingwer, 1 EL Erdnußbutter, 1 l Brühe, 1 Dose Kokosmilch [400 ml], 2-3 EL Erdnuß- oder Sesamöl, 1 rote Paprika, 200 g Champignons, 1 Handvoll Kirschtomaten, ½ Bund Thai-Basilikum, ½ Bund Koriandergrün, 2 Honigmelonen

Das Fleisch in kleine Würfel schneiden und 1 Stunde in Sojasoße marinieren. Paprika entkernen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Die Champignons putzen und in dünne Scheiben schneiden. Die geschälte Ingwerwurzel und das Zitronengras klein schneiden. Etwas Erdnußöl in einer Pfanne erhitzen.
Ingwer, Korianderwurzeln und Zitronengras anschwitzen, dann die Thai-Currypaste und die Erdnußbutter hinzugeben. Mit einem Liter Brühe ablöschen und aufkochen lassen. Anschließend die Kokosmilch hinzufügen und erneut aufkochen. Die Suppe durch ein Sieb abgießen und nach Zugabe der Gemüsestücke und der Limonenblätter leicht kochen lassen, bis die Würfel bißfest gar sind.
Inzwischen das Hühnerfleisch ca. 5 Minuten in Butterschmalz goldgelb anbraten und warmstellen.
Kurz vor dem Servieren die Suppe erhitzen, die Hühnerstücke, klein geschnittenen Thai-Basilikum und Koriander zugeben und würzig scharf abschmecken. In ausgehöhlten Melonen anrichten, die am Boden etwas gerade geschnitten wurden. Das Melonen-Fruchtfleisch kann für kalte Suppen [Seite 28] oder als Nachtisch verwendet werden.

Thai-Hühnersuppe mit grünem Curry



1-2 Hühnerbrustfilets, ca. 8 kleine weiße Champignons, pro Person ca. ¼ l Hühnerbrühe, 1 kleine Dose Kokosmilch [150 ml], 1 TL grüner Thai-Curry, 2 cm frisch geriebener Ingwer, Sojasauce, Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker, 2-3 Stängel Zitronengras, 3-4 Kardamomkapseln, 1-2 frische Lorbeerblätter, pro Person 3 kleine Kirschtomaten oder Tomatenstückchen ohne Haut und 2 EL TK-Erbsen.

Das Hühnerfleisch in kleine Würfel schneiden und mit etwas Sojasauce und geriebenem Ingwer marinieren. Champignons putzen und vierteln. Zitronengras in kleine Stücke schneiden und etwas platt klopfen. Hühnerbrühe und Kokosmilch mit Curry, Zitronengras und Lorbeerblatt aufkochen, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Sojasoße abschmecken und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Durch ein Sieb gießen.
Kurz vor dem Servieren Hühnerfleisch, Champignons und etwas später die Tomaten in die Brühe geben und ca. 6-8 Minuten gar kochen.
In Suppenschalen servieren.

Morchelsuppe





30-40 g getrocknete Spitzmorcheln, Butter, Salz, Pfeffer, 2 EL Butter, 2 EL Mehl, 100 ml Sahne, Gemüsebrühe

Getrocknete Morcheln in lauwarmem Wasser ca. 20 Minuten einweichen. Durch Filtertüten laufen lassen und das Einweichwasser aufbewahren. Die Morcheln halbieren oder vierteln und noch einmal gut waschen [sandig!]. In Butter anbraten, etwas Einweichwasser dazugeben und die Morcheln 20 Minuten weich köcheln lassen.

Eine hellbraune Mehlschwitze herstellen: Mehl in Butter leicht anbräunen, mit wenig kaltem Wasser ablöschen, gut verrühren, wieder kaltes Wasser zugeben, verrühren. Wiederholen bis eine dickliche Creme entsteht. Dann nach und nach Gemüsebrühe zugeben und den Rest Morchel-Fond, Salz und 100 ml Sahne.
Ca. 15 Minuten auf kleiner Flamme zu einer hellbraunen Suppe köcheln lassen. Die geschnittenen Morcheln dazugeben und die Suppe, die nicht zu dick sein sollte, servieren, evtl. mit Sahneklecks.

Zitronengrassuppe mit Korianderflädle



Suppe: 1 Glas Geflügelfond, Hühnerbrühe nach Bedarf, 6 Zitronengrasstängel, Saft und Schale von 1 Limette, 1 kleine Lauchstange, 8 weiße gestoßene Pfefferkörner, Salz, 2 Hähnchenbrustfilets

Eierkuchenteig: 60 g Mehl, 1 Ei, Salz, 1 Msp gemahlene Korianderkörner, 1/8 l Milch, 20 g flüssiger Butter, 2 EL frisches, fein gehacktes Koriandergrün [oder Basilikum oder Bärlauch].

Hühnerfleisch in die aufgekochte Brühe legen und ca. 20 Minuten auf kleiner Flamme nur ziehen lassen. Die Brühe durch ein feines Sieb gießen, abschmecken. Fleisch für etwas Anderes verwenden oder, in kleine Würfel geschnitten, zur Suppe geben, wenn sie sättigender sein soll.
Aus den Zutaten einen Eierkuchenteig zubereiten. Die Eierkuchen in Butterschmalz backen, aufrollen und in Streifen schneiden. Zusammen mit etwas Koriandergrün in der Suppe servieren.

Warum nicht mal so, statt immer Entenbraten mit Klößen und Rotkraut?!!! Ist mir nachts im Bett eingefallen!!!

Rotkrautconsommé mit Enten- und Kartoffelklößchen



½ Rotkrautkopf, 1 Zwiebel, Salz, Pfeffer, 3 Nelken, 2 Pimentkörner, 1 Schuß Rotwein, 1 Schuß Rotweinessig, 2 Gläser Geflügelfond oder 1 l Rinder- oder Gemüsebrühe, 1 EL Butterschmalz.
1 Entenbrust, 1 Ei, 2 Scheiben Toast ohne Rinde, Salz, Pfeffer, 1 EL Sojasoße, 1 EL Pflaumenmus, etwas Rohe Klöße-Teig

Rotkraut fein hobeln. Zwiebel fein würfeln und in Butterschmalz andünsten, Rotkraut und Gewürze dazugeben und ca. 10 Minuten unter Rühren dünsten, dann mit Rotwein, Essig, Geflügelfond ablöschen und ca. 30-40 Minuten mit Deckel gar dünsten. Es soll gut 1 l Flüssigkeit übrig bleiben, die man dann durch ein feines Haarsieb abgießt. [Das Rotkraut kann als Gemüse weiter verwendet werden.] Die Flüssigkeit etwas reduzieren und dann durch Filterpapier abgießen. Pikant abschmecken.
Entenbrust von Haut und Fett lösen. Das Fleisch klein schneiden und zusammen mit Ei, dem eingeweichten und ausgedrückten Toastbrot, Pfeffer und Salz im Häcksler zu Hackfleisch verarbeiten. Mit Sojasoße und Pflaumenmus abschmecken.
Kleine Klößchen von ca 3 cm Ø formen oder mit 2 TL abstechen und in einer Extra-Fleischbrühe oder Salzwasser zusammen mit den gleich groß geformten Kartoffelklößchen ca. 10 Minuten gar ziehen lassen.
Oder die Entenklößchen in einer Pfanne in Olivenöl knusprig braten.
Klößchen auf Spieße aufziehen und über die Suppentassen legen, damit sie sich nicht in der Rotkrautconsommé einfärben.



Fleisch gerichte

Afghanisches Huhn mit Karotten-Korinthen-Reis

Mit afghanischen Studenten zusammen gekocht und mit den Fingern essend und am Boden sitzend oder stehend genossen.

Ein frisches Huhn oder Hähnchen, 4-5 Zwiebeln, 4 Knoblauchzehen, 4-6 mittelgroße Tomaten, Butterschmalz oder Butter/Öl-Gemisch, Salz, Pfeffer, Curry und Edelsüßpaprika



Zwiebeln und Knoblauch klein schneiden, unter dauerndem Rühren im Butterschmalz anrösten. Tomaten häuten, klein schneiden, dazugeben und mit andünsten.
Huhn enthäuten, in Portionsstücke schneiden, mit Pfeffer, Salz, Paprika und Curry einreiben, etwas einziehen lassen und in die Tomaten-Zwiebel-Mischung geben. Etwas Wasser oder Hühnerbrühe angießen und alles auf kleiner Flamme unter gelegentlichem Umrühren gar dünsten. [ca. 45 Minuten]

Dazu Karotten-Korinthen-Reis aus Afghanistan [Seite 120] reichen.

Hähnchen „Mandarin"



50 g Rosinen oder Korinthen, 1 Gläschen Madeira oder Sherry, 1 frisches Hähnchen, Salz, Edelsüßpaprika, Pfeffer, Öl, 1-2 Dosen Mandarinen [200 g], Knoblauch, 1/8 l Hühnerbrühe, 1 EL Sojasauce, ½ TL Ingwer, wenn möglich frisch gerieben, 1/8 l Sahne, evtl. 1 EL Mondamin, 20 g Butter, 50 g Mandelbättchen

Rosinen in Madeira oder Sherry einweichen. Hähnchen zerteilen, mit Salz, Pfeffer und Paprika einreiben. Teile ca. 10 Minuten in einer feuerfesten Form in Öl auf mittlerer Flamme anbraten. Mandarinen durch ein Sieb abtropfen lassen und 1/8 l vom Saft zum Hähnchen geben. Knoblauch und Hühnerbrühe hinzufügen und 35 Minuten im Ofen bei 180° zugedeckt schmoren. Eingeweichte Rosinen dazugeben und offen weitere 5-10 Minuten köcheln.
Hähnchenteile herausnehmen und auf einer vorgewärmten Platte warm stellen. Bratensaft in einem Topf einkochen lassen. Mit Sojasauce und Ingwer abschmecken, evtl. mit Mondamin etwas andicken. Die Sahne leicht schlagen und in die Sauce geben. Nicht mehr kochen.
Etwas Sauce zu den Hähnchenteilen auf die Platte geben. Den Rest extra reichen. In Butter die Mandeln bräunen, die Mandarinen kurz darin erwärmen und über das Fleisch geben.
Dazu paßt Reis und Chicoree-Salat.



Thailändische Hähnchenbrust mit grünem Curry



Pro Person ein Hähnchenbrustfilet, 1 grüne oder gelbe Paprika, 2 Karotten, 1 Handvoll grüne TK-Erbsen, 1 Bund Frühlingszwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 1 EL Sojasauce, 1 EL Mondamin, 1 EL trockener Sherry, 1-2 TL grüne Currypaste, 1 kleine Dose Kokosmilch [150 ml], etwas Gemüsebrühe, 1-2 TL Thai- oder Chinagewürz, ½ Bund Thaibasilikum, Salz, Pfeffer, Olivenöl, einige Spritzer Sesamöl, evtl. 2 EL geröstete Kokosraspeln

Die Filets in 3-4 cm große Stücke schneiden und in einer Mischung aus 2 EL Olivenöl, Sojasauce, Sherry, 1 zerdrückten Knoblauchzehe, 1 TL Thai- oder Chinagewürz und dem Mondamin ca. 1 Stunde marinieren.
Das Gemüse putzen und in Streifen oder Scheiben schneiden.
Das Fleisch in einer Olivenöl-Sesamöl-Mischung von allen Seiten im Wok stark aber kurz anbraten, dann herausnehmen und warm stellen.
In der gleichen Pfanne die Zwiebeln, 1 gehackte Knoblauchzehe und dann das Gemüse unter Rühren anbraten und je nach Belieben kürzer oder länger gar dünsten. Grüne Currypaste und Kokosmilch dazugeben, evtl. mit etwas Gemüsebrühe verlängern, mit Thaigewürz, Pfeffer und Salz abschmecken. Zum Schluß kurz das Fleisch noch einmal dazugeben, alles gut durchmischen und das in feine Streifen geschnittene Thaibasilikum darüberstreuen und evtl. geröstete Kokosraspeln. Dazu paßt Basmatireis, mit Kardamomkapseln und Zitronengras gekocht [Seite 154].

Hähnchenfrikassee mit Estragon-Creme [Frankreich]



Pro Person 1 Hähnchenbrustfilet, Butterschmalz, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer, 1 Prise Cayennepfeffer, 1/8 l trockener Weißwein, ½ l Hühnerbrühe, 1 Becher Sahne, 2-3 Estragonzweige, evtl. einige Spritzer Zitronensaft

Fleisch in große Würfel oder Streifen schneiden, salzen, pfeffern, leicht in Mehl wenden und in Butterschmalz in einer großen Pfanne goldbraun anbraten. Beiseite stellen.
Klein gewürfelte Zwiebel und Knoblauch in die Pfanne geben und andünsten und mit Wein und Hühnerbrühe löschen. Ca. 10 Minuten einköcheln lassen. Die Sahne zur Sauce geben und unter Rühren dicklich einkochen lassen. Dann alles durch ein Sieb passieren. Estragonblätter abzupfen, feinhacken, in die Sauce geben und mit Pfeffer, Salz, Cayennepfeffer und evtl. mit Zitronensaft abschmecken. Die Fleischwürfel hinzufügen und in der Sauce auf kleiner Flamme erhitzen.
Dazu Sahnekartoffeln [Seite 113] und Brokkoli reichen.

Putenroulade mit Auberginen-Kräuter-Füllung



2 große 'Schmetterlings'-Putenschnitzel [Schnitzel von doppelter Dicke, die an einer Längsseite noch zusammenhängen], 3 EL Pinienkerne, je 2 Zweige Rosmarin, Thymian, 1 Bund Basilikum, 3 Knoblauchzehen, ½ Stange Lauch, Salz, Pfeffer, Olivenöl, 3 EL geriebener Parmesan, 1 kleine Aubergine, 200 ml Gemüse- oder Fleischbrühe, etwas Sahne

Aubergine längs in Scheiben schneiden, mit Salz bestreuen und 10 Minuten einziehen lassen [Die kleineren Endstücke klein schneiden und später extra in Mehl wälzen, knusprig braten, leicht würzen und als Beilage reichen].
Pinienkerne ohne Fett anrösten. Lauch putzen, in Ringe schneiden und in Salzwasser 3 Minuten kochen, kalt abschrecken. Kräuter grob klein hacken [Stiele aufbewahren], Knoblauch schälen und all diese Zutaten mit 5-6 EL Öl, Parmesan, Pfeffer und Salz zu einer Paste pürieren.
Auberginen abtrocknen und in Öl in der Pfanne kurz von beiden Seiten anbraten, auf Haushaltpapier abkühlen lassen.
Fleisch zwischen Klarsichtfolie zu großen Flächen plattieren, salzen, pfeffern und nicht zu dick mit der Paste bestreichen. Die Auberginenscheiben überlappend auflegen, mit Hilfe der Folie zu Rouladen einrollen und mit Küchengarn zusammenbinden. Die Kräuterstiele unter das Garn stecken und die Rolle von außen pfeffern und salzen.
In Öl von allen Seiten anbraten, mit Brühe ablöschen und dann im 180° heißen Ofen offen ca. 30 Minuten braten. Die Rolle in Alufolie ruhen lassen und die Sauce inzwischen mit Sahne einköcheln und abschmecken. Dazu Baguette oder Püree reichen.

Quittenhuhn



Pro Person 2-3 kleine Hühner-Unterschenkel [Drum-Sticks], 1-2 TL Curry, 1 TL Chinagewürz, 2 Knoblauchzehen, 2 EL Sojasauce, 1 EL Speisestärke, 1 EL trockener Sherry, Olivenöl, Salz, Pfeffer, 1-2 Gemüsezwiebeln, 1 Handvoll Cashewkerne, 2-3 EL Quittenpüree oder -Gelee, ½ Vanillestange, 1 frisches Lorbeerblatt, 2 Sternanis, 1 Glas Geflügelfond
Fleisch waschen, trocknen. Eine Marinade herstellen aus Curry, Chinagewürz, zerdrücktem Knoblauch, Sojasauce, Sherry und Speisestärke und die Schlegel damit gut einmassieren. In einer Plastiktüte ca. 2 Stunden im Kühlschrank einwirken lassen.
In heißem Öl im Wok oder einer tiefen Pfanne von allen Seiten scharf anbraten, die Hitze zurückschalten und ca. 13-16 Minuten garen. Herausnehmen und im 130° heißen Ofen in Alufolie warm stellen.
Zwiebeln schälen, in Scheiben schneiden und im Wok glasig bis braun rösten. Cashewkerne mit anrösten. Beides herausnehmen und warmstellen. Quittenpüree, ausgekratztes Vanillemark und -stange, Lorbeerblatt, Sternanis und Geflügelfond zugeben und alles unter Rühren bei kleiner Hitze ca. 5 Minuten köcheln. Die gebratenen Schlegel dazugeben und weitere 5 Minuten köcheln.
Dazu Reis mit Safranfäden und getrockneten Berberitzen und Blattspinat reichen.
Variation: Statt Hühnerschlegel kann man natürlich auch Hühnerbruststücke nehmen, dann ist die Garzeit nur ca. 5 Minuten.

Roter Hühnercurry



2-3 Hühnerbrustfilets, Pfeffer, Salz, 2 EL Chinagewürz, 1 Schachtel oder zwei Stängel Kirschtomaten, 2 Zitronengrasstängel, 2 kleine Dosen Kokosmilch [150 ml], 1-2 frische Limetten- oder Lorbeerblätter, 1 Bund Thaibasilikum, 1-3 TL rote Currypaste, scharf! [Asia-Laden], neutrales Pflanzenöl, einige Tropfen Sesamöl, eine Prise brauner Zucker oder ein Stückchen Palmzucker [Asia-Laden], 1 EL Austernsauce, 2 Knoblauchzehen

Das Fleisch in 4 cm große Würfel schneiden und in einer Marinade aus Öl, Pfeffer, Salz, Chinagewürz, 1 EL Limettensaft und 1 zerdrückten Knoblauchzehe ca. 2 Stunden marinieren.
Öl im Wok oder einer Pfanne erhitzen, das Fleisch scharf von allen Seiten anbraten, herausnehmen und warm stellen. Den Curry in den Fond geben, etwas anschwitzen und mit der Kokosmilch ablöschen. Klein geschnittene Limetten- oder Lorbeerblätter, Zitronengrasstängel, Zucker, Austernsauce, 1 zerdrückte Knoblauchzehe zugeben und etwa 5 Minuten köcheln lassen. Die Kirschtomaten zufügen und 3 Minuten in der Sauce ziehen lassen. Zum Schluß das Fleisch noch einmal zur Sauce geben, abschmecken, mit dem klein geschnittenen Basilikum überstreuen und mit Basmatireis servieren.

Hähnchenbrust mit Morcheln



4 Hähnchenbrüste, 3-4 Zweige Thymian, 50 g getrocknete Morcheln, 2 Schalotten, 3 Scheiben à 3-4 cm Baguette oder Ciabatta, 1 Eigelb, Salz, Pfeffer, Muskat, 1 EL Portwein oder Madeira, 100 ml Geflügelfond, 3 EL Sahne. Butterschmalz

Die Morcheln 20 Minuten in warmem Wasser einweichen, herausnehmen, das Einweichwasser durch eine Filtertüte gießen. Die Morcheln noch einmal sehr gut waschen. Schalotten sehr klein würfeln, in Butterschmalz andünsten, die klein geschnittenen Morcheln zugeben, salzen und pfeffern und mit den abgezupften Thymianblättchen ca. 10 Minuten dünsten, evtl. etwas Morchelflüssigkeit nachgießen. Die Flüssigkeit sollte aber am Schluß verdunstet sein.
Brot in Wasser einweichen, fest ausdrücken, mit Morcheln und Eigelb vermischen und abschmecken. In die Hühnerbrüste eine Tasche schneiden, mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen und die Füllung in die Taschen füllen. Die Öffnung mit Rouladenspießchen oder mit Zahnstochern und Küchengarn verschließen. Das Fleisch in einer ofenfesten Form in Butterschmalz auf allen Seiten kurz anbraten, mit Portwein, Geflügelfond und dem Morchelfond nach und nach ablöschen und für 30 Minuten in den auf 180° vorgeheizten Ofen geben.
Das Fleisch herausnehmen, in Alufolie warm halten, den Fond reduzieren und mit aufgeschlagener Sahne vermischen. Dazu passen würzige Croutons [Seite 119].

Putenrouladen mit Paprika und Mozzarella



4 Putenschnitzel, Salz, Pfeffer, etwas edelsüßer Paprika, etwas Geflügelgewürz, 2 rote Paprika, eingelegte süß-saure Paprika [im Glas in Streifen oder als kleine Minipaprika erhältlich], Menge nach Belieben, 1 EL Ayran [türkische Paprika-Auberginenpaste], 2 Knoblauchzehen, 1 Kugel Mozzarella, 1 Handvoll frische Basilikumblätter [normal, Zitronen- oder Thaibasilikum], 1 EL Tomatenmark, 150 ml Hühnerbrühe, 4 EL Schlagsahne, evtl. etwas Instant-Saucenfond, Butterschmalz

Putenschnitzel zwischen Klarsichtfolie plattieren. Die Paprikaschoten häuten, in Streifen schneiden und beiseite stellen. Die eingelegten Paprikastücke in kleine Würfel schneiden, mit durchgedrückten Knoblauchzehen, Geflügel- und Paprikagewürz, dem kleingehackten Basilikum und dem kleingewürfelten Mozzarella gut vermengen. Das Fleisch pfeffern und salzen, das Paprika-Mozzarella-Gemisch und die Paprikastreifen darauf verteilen, zu Rouladen rollen und mit Spießchen oder Zahnstochern feststecken.
In heißem Butterschmalz von allen Seiten kurz anbraten, in einer feuerfesten Form zusammen mit der Hühnerbrühe, dem Tomatenmark und der Sahne im Ofen ohne Deckel bei 200° ca. 20 Minuten backen. Evtl. mit etwas Instant-Bratenfond abschmecken. Dazu Kartoffelpüree oder Baguette reichen.

Bananenrouladen



4 Hühnerbrustfilets oder 4 Puten-oder 4 Schweineschnitzel, 2 reife Kochbananen, Pfeffer, Salz, je 1 Prise Chili oder Cayennepfeffer, Zimt, Piment und Korianderpulver, 1 TL Chinagewürz, etwas frisch geriebener Ingwer, 2 kleine Dosen Kokosmilch [150 ml], 1 TL Instant-Bratenfond, Niter kebbeh [Seite 211] oder Butterschmalz, Koriandergrün

Die Kochbananen schälen, in Stücke schneiden und in Niter kebbeh vorsichtig anbraten, bis sie hellbraun und gar sind. Etwas abkühlen lassen und mit Salz, Pfeffer und den Gewürzen mit einer Gabel grob zerdrücken und gut vermischen.
Fleisch zwischen Frischhaltefolie plattieren, von beiden Seiten würzen und mit der Bananenmasse bestreichen. Mit Hilfe einer Folie zusammenrollen und evtl. feststecken. In heißem Butterschmalz auf allen Seiten ca. 5 Minuten anbraten, dann die Kokosmilch und den Bratenfond mit etwas Wasser zugeben, abschmecken und zugedeckt auf kleiner Flamme ca. 10 Minuten ziehen lassen. Die Sauce offen noch etwas einkochen lassen oder etwas Wasser zugeben. Pikant abschmecken.

Zum Servieren die Rouladen in Scheiben schneiden, auf einen Saucenspiegel setzen und mit kleingehacktem Koriandergrün bestreuen. Dazu Reis mit Kardamom und Zitronengras [Seite 154] servieren.

Macht viel Arbeit! Man wird aber belohnt, wenn man dann das Huhn als Braten ohne Knochen aufschneiden kann.

Gefülltes Perlhuhn



1 Perlhuhn, 250 g Hühner- oder Putenleber, 1 Bund glatte Petersilie, 1 Scheibe Toast oder ½ Brötchen, Pfeffer, Salz, Butterschmalz, 1 Karotte, 2 Frühlingszwiebeln, 1 kleines Stück Sellerie, 6 EL Weißwein, 1/3 Becher Schlagsahne, 3 EL Dijon-Senf, 2 EL grüner Pfeffer, Pfeffer, Salz, etwas geschlagene Sahne



Die Flügel abschneiden, das Perlhuhn am Rückgrat mit der Geflügelschere halbieren und die Knochen bis auf die Unterschenkel herauslösen. [Mit einem spitzen, scharfen Messer an den Knochen entlang mehr schaben als schneiden]. Die Haut möglichst unverletzt lassen. Das Knochengerüst mit Stücken von Karotte, Sellerie und Frühlingszwiebeln in ca. 3/4 l Salzwasser ca. ½ Stunde kochen.
Die Leber mit einem Messer grob klein hacken, die gehackte Petersilie zugeben und mit dem zerkrümelten Brot vermischen, pfeffern, salzen und die Mischung in das Huhn streichen. Die Haut zusammenformen und mit Küchengarn so zusammennähen, dass nichts herausquellen kann. [Das Huhn sieht jetzt sehr platt aus, bekommt aber beim Braten wieder eine schöne Form.] In heißem Butterschmalz von allen Seiten in einer feuerfesten Form anbraten, dann für 30 Minuten in den 225-230° heißen Ofen stellen und ab und zu mit dem Bratfett begießen.
Huhn in Alufolie warmhalten. Zerstoßenen grünen Pfeffer und Senf miteinander verrühren und zum Bratenfond geben, Weißwein, Sahne und etwas von der Knochenbrühe zufügen und alles reduzieren und dann durch ein Sieb geben. Abschmecken, evtl. etwas andicken oder kalte Butter einrühren und kurz vor dem Servieren noch etwas geschlagene Sahne unterheben.
Das Huhn in Scheiben schneiden, mit der Sauce und Frischnudeln oder Kartoffel-Mais-Plätzchen servieren.

Hühnerbrustrolle mit Schinken und Käse



4 Hühnerbrustfilets, 4 Scheiben gekochten Schinken, 1 Packung Kräuterfrischkäse mit Knoblauch, 1 Paket Bacon [Frühstücksspeck], Pfeffer, Salz, pro Person 6 Kirschtomaten, Olivenöl, 8 EL Weißwein, 8 EL Sahne

Die Filets in der Höhe so halbieren, dass sie an einer Längsseite noch zusammenhängen, zwischen Frischhaltefolie flach klopfen, damit eine große Fläche entsteht. Den Bacon übereinanderlappend auf die Folie auslegen, Filets auf den Bacon legen, pfeffern, salzen, mit dem Käse dünn bestreichen und den Schinken darauflegen. Die schmale Seite des Fleisches zusammen mit dem Bacon mit Hilfe der Folie eng zusammenrollen.
Die Rollen in wenig Olivenöl in einer feuerfesten Form anbraten, bis der Bacon etwas gebräunt ist, die Tomaten und je 8 EL Weißwein und Sahne zugeben und bei ca. 200° für 30 Minuten offen in den vorgeheizten Ofen schieben. Nach 20 Minuten die Hitze auf 100° reduzieren, sonst wird der Speck zu braun und/oder die Form mit Alufolie abdecken.

Putenroulade mit Schnecken-Polenta

Einem Italien-Urlaub nachempfunden, als ich ein mir sprachlich unbekanntes Gericht, ein „Schneckenragout mit Polenta" erst mal probieren durfte.



2 große Putenschnitzel, 100 g Instant-Polenta oder Maisgrieß, ½ l Gemüsebrühe, 1 EL Butter, 1-2 EL geriebener Parmesan, 1 Dose Weinbergschnecken [200 g], 4-5 Schalotten, 3 Knoblauchzehen, 2 Zweige Rosmarin, 2 Zweige Thymian, 1 Schuß Portwein oder Madeira, ca. ¼ l Geflügelbrühe, ½ Becher Sahne, 4 Tomaten, 1 Aubergine

Polenta nach Packungsangabe zubereiten, ½ cm dick auf ein Backpapier streichen und auskühlen lassen.
Die Weinbergschnecken in ein Sieb schütten, Sud aufheben. Schnecken klein hacken. Schalotten und Knoblauch klein würfeln und in Butterschmalz andünsten. Schnecken, Rosmarin- und Thymianzweige dazugeben und etwas andünsten, mit Portwein oder Madeira, dem Schneckensud ablöschen, Flüssigkeit unter gelegentlichem Rühren einkochen und abkühlen lassen. Die Zweige danach herausnehmen.
Die Putenschnitzel zwischen Klarsichtfolie plattieren, auf beiden Seiten salzen und pfeffern. Jeweils aus der Polentamasse ein Rechteck in Schnitzellänge bis auf 2 cm Rand schneiden und auf die Schnitzel legen. In die Mitte jeweils die Schneckenmasse verteilen. Das Ganze mit Hilfe der Folie zusammenrollen und mit Küchengarn zusammenbinden.
Die Rouladen in einer feuerfesten Form in heißem Butterschmalz von allen Seiten goldgelb anbraten, etwas Geflügelbrühe, Sahne und 1 Spritzer Portwein oder Madeira zugießen und dann für ca. 30 Minuten offen in den auf 200° vorgeheizten Ofen schieben. Einmal wenden. Sauce abschmecken, die Rouladen in Scheiben schneiden und mit gebratenen Tomatenhälften und/oder Auberginenscheiben oder Salat servieren. Den Rest Polenta in Scheiben schneiden und goldgelb ausbacken.

Jamaica-Chicken



Pro Person 1 Hähnchenkeule, 2 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 3-4 cm frische Ingwerwurzel, 3-6 grüne Chilischoten, 1 TL frischer oder getrockneter Thymian, ½ TL geriebene Muskatnuss, 1 TL Zimtpulver, 1 Prise Cayennepfeffer, 1-2 TL Pimentpulver, ½ TL Nelkenpulver, 2 EL Öl, 2 EL frisch gepreßter Limettensaft, 2 EL Orangenkonfitüre, etwas abgeriebene Schale von Limette und Orange

Die Zwiebeln schälen und grob schneiden. Ingwer schälen und grob zerschneiden. Chilischoten halbieren und evtl. wegen der Schärfe die Kerne entfernen. Alles mit den restlichen Gewürzen mischen und in der Küchenmaschine pürieren.
Das untere Ende der Hähnchenkeulen abhacken und das Fleisch mehrmals mit einem spitzen Messer anpieken. In einem festen Gefrierbeutel mit der Marinade vermengen und gut verschlossen 2 Stunden oder besser über Nacht im Kühlschrank marinieren. Marinade etwas entfernen, Keulen mit der Haut nach oben auf ein gefettetes Blech legen und im heißen Ofen 50 Minuten bei 180° backen. Am Ende die Hitze auf Grill umschalten und einige Minuten bräunen. Dazu fritierte Bananen [Seite 208] und Salat oder Masala-Püree [Seite 106] reichen.

Hühnerbrustrolle mit Champignons und Käse



2-4 Hühnerbrüste, 200 g Champignons, ½ Zwiebel, 1 Packung Kräuterrahmfrischkäse, 100 g Bacon [Frühstücksspeck], Salz, Pfeffer, frischer Thymian, 2 Knoblauchzehen mit Haut, je 8 EL Weißwein und Sahne, Butterschmalz oder Öl zum Braten

Champignons waschen und klein schneiden, Zwiebel würfeln und in einer Pfanne in Butterschmalz anbraten, Champignons dazugeben, salzen, pfeffern und mit Thymianblättchen würzen. Die Champignons so lange braten, bis die Flüssigkeit verdampft ist.
Hühnerbrüste in der Höhe so auseinanderschneiden, dass sie an einer Längsseite noch zusammenhängen und aufklappen. Zwischen Klarsichtfolie plattieren, damit eine größere Fläche entsteht. Auf der Innenseite leicht salzen und pfeffern. Mit Frischkäse bestreichen und die Champignons darüber verteilen. Zuklappen und fest mit dem Bacon überlappend umwickeln. Evtl. mit Zahnstochern oder Spießchen befestigen.
In einer feuerfesten Form in heißem Fett von allen Seiten vorsichtig anbraten, damit der Bacon nicht zu dunkel wird. Die mit der Haut etwas zerquetschten Knoblauchzehen mit anbraten, dann je 8 EL Weißwein und Sahne zugeben und bei ca. 200° für 30 Minuten offen in den vorgeheizten Ofen schieben. Nach 20 Minuten die Hitze auf 100° reduzieren, sonst wird der Speck zu braun und/oder mit Alufolie abdecken. Knoblauch und Thymianzweig herausnehmen und den Fond zu einer kleinen Sauce evtl. etwas verlängern. Abschmecken und mit Kartoffelbrei oder Baguette extra zu dem Fleisch reichen.
Variation: Statt der Champignons Paprika ohne Haut und weich getrocknete gewürfelte Tomatenwürfel verwenden.

Ochsenschwanzragout



1 kg Ochsenschwanzstücke aus dem oberen Schwanzteil, 1-2 Bund Suppengrün, 1-2 Zwiebeln, 2 Knoblauchzehen, je 1 Zweig Rosmarin und Thymian, je 5 Nelken und Pimentkörner, 3 frische Lorbeerblätter, ¼ l Rotwein, ½ l Fleisch- oder Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, Butterschmalz, 1 Schuß Portwein
Ochsenschwanzstücke waschen, gut abtrocknen und in Butterschmalz von allen Seiten in einer feuerfesten Form schön braun anbraten. Salzen, pfeffern und herausnehmen. Nelken in die geviertelten Zwiebeln stecken, diese zusammen mit dem grob gewürfelten Suppengrün andünsten. Etwas Rotwein angießen, einkochen lassen, mehrmals wiederholen. Die Gewürze zufügen, die Fleischstücke wieder in die Form geben, die Brühe zugießen und die Form zugedeckt für gut 3 Stunden in den 120° heißen Ofen auf mittlere Schiene schieben, bis das Fleisch sich leicht von den Knochen löst. Das abgelöste Ragout auf eine heiße Platte oder in eine heiße Schüssel geben. Die Sauce evtl. etwas einkochen, mit Portwein abschmecken und über das Ragout gießen.
Dazu passen sehr gut Semmel- oder Laugenstangenknödel [Seite 112 und 113 - Variation] und Karotten.
Variation: Die Sauce durch ein Sieb passieren und mit saurer/süßer Sahne und Preiselbeerkompott abschmecken.

Bœuf Bourguignon



1 kg mageres Rindfleisch [Stertspitze], Ölivenöl, 250 g Zwiebeln, 1 Bund Suppengrün, 1 Flasche roter Burgunderwein, 4 frische Lorbeerblätter oder 2 getrocknete, Pfeffer, Salz, Thymian, 1 Prise Zucker, 1 Schuß Weinbrand, 1 Bund Petersilie

Fleisch von Fett befreien und in lange, dünne Streifen schneiden. In Öl in einem Schmortopf nach und nach in Portionen kräftig anbraten, damit sich nicht so viel Fleischsaft entwickelt und das Fleisch braun wird. Zwiebeln und Suppengrün klein schneiden und zum Fleisch geben, mit anbraten und dann den Rotwein nach und nach dazugeben. Immer wieder etwas einkochen lassen. Lorbeerblätter und Gewürze zugeben und das Fleisch zugedeckt bei geringer Hitze ca. 1 Stunde schmoren lassen. Wenn noch zu viel Flüssigkeit vorhanden ist, Deckel öffnen und weitergaren. Nach ½ Stunde den Weinbrand dazugeben und evtl. nachwürzen. Petersilie klein schneiden und kurz vor dem Servieren über das Fleisch streuen. Dazu passen Baguette und der zum Kochen verwendete Rotwein.

Schmortopf Mont Ventoux



Je 300 g mageres Rinder- und Schweinegulasch und Lammfleisch aus der Keule, 150 g magere Speckwürfel, 1 Gemüsezwiebel, 4 Knoblauchzehen, je 1 Handvoll grüne und schwarze Oliven ohne Stein, 1 EL grüner Pfeffer, 1 Gläschen Weinbrand, ½ l Mont Ventoux-Rotwein oder Côte du Rhone, Gemüse- oder Fleischbrühe, möglichst frische Thymianblätter, ½ Tasse in Rotwein eingeweichte Korinthen, Öl oder Butterschmalz, Salz, Pfeffer, 1 Becher Sahne

Das Fleisch evtl. noch in gleich große Würfel schneiden und nach Sorten getrennt in heißem Fett im Schmortopf portionsweise anbraten, bis alle Würfel schön braun sind. Dann die Speckwürfel kroß und die gewürfelte Zwiebel goldgelb braten. Das Rindfleisch, halbierte Oliven, zerdrückten Knoblauch, Korinthen samt Einweichrotwein und Thymian zugeben, wenig salzen und pfeffern und nach und nach mit Rotwein und Brühe ablöschen, also immer wieder einkochen lassen. Den Schmortopf zudecken und köcheln lassen. [Rind 1 ½ Stunden, Schwein 1 Stunde, Lamm 45 Minuten, also die Sorten nacheinander zugeben.] Dann das Fleisch herausnehmen und die Sauce reduzieren. Den im Mörser zerdrückten Pfeffer, Weinbrand und Sahne zufügen, Fleisch wieder zugeben, abschmecken und das Ganze noch einmal für ca. 10 Minuten auf kleiner Flamme auf dem Herd ziehen lassen.
Dazu Baguette oder Olivenbaguette reichen, Endiviensalat oder Karottengemüse und Mont Ventoux-Rotwein.

Mit Phantasie und etwas Erfahrung kann man da ja immer neue Dinge einwickeln!

Rinderrouladen



Pro Person 1 Rinderroulade, Dijonsenf, Salz, Pfeffer, 1 kleines Glas Gewürzgurken, ½ Gemüsezwiebel oder 2 normale Zwiebeln, nach Geschmack evtl. eine Packung Bacon oder 4 Scheiben dünn geschnittenes Rauchfleisch, 1 Bund Suppengrün, Butterschmalz, ca. 125 ml Rotwein, je nach Geschmack 1 Schuß Portwein, 150 ml Rinderbrühe oder -Fond oder Wasser, etwas Speisestärke

Die Rouladen mit dem Fleischklopfer etwas plattieren, so dass eine große Fläche entsteht. Diese dünn mit Senf bestreichen, pfeffern, salzen [evtl. die Speckstreifen auflegen] und mit feingehackten Zwiebeln und Gurken bestreuen. Der Länge nach zu einer Roulade aufrollen, in dem man die breiteren Seitenteile am Anfang etwas einschlägt. Mit Rouladennadeln feststecken oder mit Küchengarn binden und außen leicht pfeffern und salzen.
In einem feuerfesten Gefäß die Rouladen nach und nach, damit sie kein Wasser ziehen, von allen Seiten in Butterschmalz braun anbraten. Die Rouladen herausnehmen, das klein gewürfelte Suppengrün mit etwas neuem Fett andünsten, mit 1/3 von Portwein, Rotwein und Brühe ablöschen und einkochen lassen. Wieder etwas Flüssigkeit zugeben, einkochen lassen, dann die Rouladen auf das Suppengrün legen und mit dem Rest der Flüssigkeit auf kleiner Flamme ca. 1 ½ Stunden schmoren. Dann die Rouladen herausnehmen und in Alufolie ruhen lassen.
Den Bratenfond und das weiche Suppengrün durch ein Sieb in einen kleineren Topf passieren und etwas einkochen lassen. Abschmecken und evtl. mit Speisestärke binden. Dazu Semmelknödel, Kartoffeln, Kartoffelknödel oder Bandnudeln reichen. Dazu paßt Karotten-Weißkraut-Gemüse [Seite 153]
Variation: Blanchierte Lauchblätter oder in längliche Scheiben geschnittene blanchierte Karotten eignen sich als farbliche Variante bei der Füllung.

Saure Nieren



Rinder-, Kalbs- oder Lammnieren [je nach Personenanzahl und Größe der Nieren], 1 Zwiebel, 1 EL Mehl, Butterschmalz, Salz, Pfeffer, eine Prise gemahlener Piment, Balsamico nach Geschmack, etwas Gemüsebrühe, evtl. etwas Zitronensaft und abgeriebene Zitronenschale, Blattpetersilie

Die Nieren halbieren bzw. vierteln, von Sehnen befreien und mindestens 1 Stunde gut wässern. Dann abtrocknen, in Streifen schneiden, in Mehl wälzen und in Butterschmalz kräftig anbraten. Mit dem Balsamico und der Gemüsebrühe ablöschen, pfeffern, salzen und würzen und ca. 5 Minuten leise köcheln lassen. Nicht zu lange, sonst werden die Nierenstücke hart. Nochmals mit Zitronensaft und -schale abschmecken.
Auf einem Bett von Kartoffelbrei mit kleingeschnittener Blattpetersilie servieren.

Tafelspitz mit Bouillongemüse und Apfel-Semmel-Kren [Österreich]



1 kg Tafelspitz, 1 Zwiebel, 6 Nelken, 1 Lorbeerblatt, 1 Knoblauchzehe, 1 Karotte, 1 Petersilienwurzel, 8-10 schwarze Pfefferkörner, 2 Pimentkörner, Salz, Instant-Fleisch- oder Gemüsebrühe, Öl

Ungeschälte, von den Wurzeln befreite Zwiebel halbieren, mit den Nelken bespicken und in Öl anbräunen. Das geschälte, in große Stücke geschnittene Gemüse, die Gewürze und die Instantbrühe dazugeben und ca. 1 ½ l Wasser aufgießen und zum Kochen bringen. Evtl. mit Salz nachwürzen. Das Fleisch zugeben [es soll leicht bedeckt sein] und bei kleiner Flamme ca. 2 ½- 3 Stunden nicht ganz zugedeckt leise köcheln lassen. Ab und zu abschäumen.
Für das **Bouillongemüse:** 4 Kartoffeln, 2-3 Karotten, ½ Sellerieknolle und 1 Petersilienwurzel schälen, in gleich große Würfel schneiden und in der Tafelspitzbrühe ca. 15 Minuten gar kochen. Zum Servieren aus der Brühe nehmen und klein gehackte Petersilie unterheben.
Für den **Apfel-Semmel-Kren** das Innere von zwei alten Brötchen in kleine Würfel schneiden, mit Tafelspitzbrühe und dem Mixstab zu einer Creme rühren. 4 EL frisch geriebenen Meerrettich, einen geriebenen säuerlichen Apfel und 3-4 EL flüssige oder angeschlagene Sahne dazugeben. Mit je einer Prise Zucker und Salz abschmecken und je nach Geschmack Schnittlauchröllchen unterheben und extra zum Tafelspitz servieren.

Rinderschmorbraten mit Meerrettichsauce



1200 g Rindfleisch, 50 g Speck, durchwachsen, 1 EL feiner Dijon-Senf, 2 Karotten, 2 Zwiebeln, 250 ml trockener Rotwein, 500 ml Fleischbrühe, 2 EL frisch geriebener Meerrettich, 2 EL Schmand oder Sauerrahm, evtl. 1 EL Mehl, 1 Prise Zucker, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Butterschmalz, frischer Meerrettich zum Garnieren

Den Rinderbraten mit Senf, Salz, Pfeffer und etwas Paprika einreiben. Das Gemüse und den Speck klein würfeln. Das Fleisch in heißem Butterschmalz rundherum anbraten und herausnehmen. Den Speck und das Gemüse anbraten, das Fleisch wieder in den Topf geben und mit Rotwein und etwa der Hälfte der Brühe nach und nach ablöschen. Den Deckel schließen und den Braten ca. 2 Stunden auf kleiner Flamme schmoren lassen. Evtl. immer wieder etwas Brühe aufgießen.
Wenn der Braten gar ist, das Fleisch herausnehmen und in Alufolie ruhen lassen.
Für die Sauce den Fond mit dem Gemüse mit dem Pürierstab durchmixen und durch ein Sieb streichen. Den Schmand, falls für Bindung nötig, mit Mehl verrühren und die Sauce damit binden. Zum Schluss den Meerrettich unterrühren und abschmecken, das Fleisch in Scheiben schneiden und wie hier z.B. auf gedünsteten, in brauner Butter geschwenkten und mit Muskat gewürzten Rosenkohlblättern anrichten.
Dazu passen kleine Kartoffelklöße und Preisel- oder Kronsbeeren, aber auch Spätzle oder Nudeln. Sauce und Klöße extra reichen.

Sauerbraten

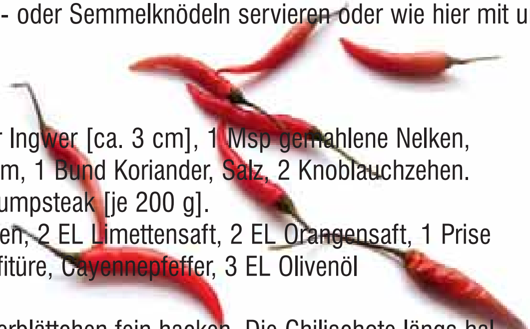


½ l Rotwein, 200-250 ml Rotwein- oder Weißweinessig, 1 TL Wacholderbeeren, 5 Nelken, 2 Lorbeerblätter, je 1 TL Senf- und Pimentkörner, 1 Bund Suppengrün, 3 Zwiebeln, 1 kg Rinderschmorbraten [Bug], 2 EL Butterschmalz, ¼ l Rinderbrühe, 2 EL Rheinisches Apfelkraut oder Zuckerrübensirup, 30 g Rosinen, Pfeffer, Salz, 1 Aachener Printen oder Saucenlebkuchen, 1 Prise Lebkuchengewürz, evtl. etwas saure Sahne



Suppengrün und Zwiebeln würfeln, die Gewürze im Mörser etwas anquetschen und alles mit Rotwein und Essig vermischen. Das Fleisch in eine genügend große Form legen und mit der Beize übergießen. Das Fleisch muß mit Flüssigkeit bedeckt sein. Die Form abgedeckt 2-3 Tage an einem kühlen Ort ziehen lassen. Beize aufbewahren.

Sauerbraten gut trockentupfen, mit Salz einreiben und in einem Schmortopf in heißem Butterschmalz ringsum kräftig anbraten. Mit etwas Beize ablöschen. Auf niedrige Temperatur stellen, einen Deckel auflegen und ca. 1 ½-2 Stunden schmoren lassen. Dabei immer wieder mit Beize [insgesamt ca. ¼ l] begießen. Das Fleisch aus der Sauce nehmen und in Alufolie warm stellen. Bratensaft durch ein Sieb in einen Topf passieren, Brühe und zerbröckelte Lebkuchen und Rosinen zufügen, aufkochen und evtl. mit kalt angerührtem Stärkemehl binden. Mit Pfeffer, Salz, Apfelkraut, evtl. mit etwas Zucker und saurer Sahne abschmecken. Das Fleisch aufschneiden, mit Kartoffel- oder Semmelknödeln servieren oder wie hier mit unförmigen Erdäpfelrauggn + Variation [Seite 104].



Jamaica-Steak



1 rote Chilischote, 1 Stück frischer Ingwer [ca. 3 cm], 1 Msp gemahlene Nelken, Saft von 1 Zitrone, 2 EL weißer Rum, 1 Bund Koriander, Salz, 2 Knoblauchzehen.
Pro Person 1 gut abgehangenes Rumpsteak [je 200 g].
1 reife Papaya, 15-18 Kirschtomaten, 2 EL Limettensaft, 2 EL Orangensaft, 1 Prise Zucker und/oder 1 EL Orangenkonfitüre, Cayennepfeffer, 3 EL Olivenöl

Marinade zubereiten: Die Korianderblättchen fein hacken. Die Chilischote längs halbieren, evtl. entkernen, waschen und in Streifen schneiden. Den Ingwer schälen, fein hacken. Chilistreifen und Ingwer mit den Nelken, dem Zitronensaft, dem Rum, 2 EL gehackten Korianderblättern und etwas Salz mischen. Den Knoblauch schälen und dazu pressen. Das Fleisch kalt abwaschen, mit Küchenkrepp trockentupfen, den Fettrand einschneiden und in die Marinade in einen Plastikbeutel legen, zwei Stunden ziehen lassen, dabei ab und zu bewegen. Für die Sauce die Papaya halbieren, entkernen, das Fruchtfleisch in der Schale mit einem stumpfen Messer in Würfel schneiden und die Würfel mit dem Löffel herausholen. Die Tomaten waschen und vierteln. Beides mit dem Limetten- und Orangensaft verrühren. 1 Prise Zucker und/oder 1 EL Orangenkonfitüre dazugeben. Die Sauce mit Salz und Cayennepfeffer pikant abschmecken. Die Rumpsteaks aus der Marinade nehmen, die abgekratzte Marinade zur Sauce geben, die Steaks auf beiden Seiten jeweils knapp 1 Minute in heißem Öl scharf anbraten. Für 2 Minuten die Pfanne vom Herd nehmen und sie nach diesem „chill out" bei mittlerer Hitze unter regelmäßigem Wenden medium fertig braten in 3-4 Minuten. Aus der Pfanne nehmen, in Alufolie einschlagen, im warmen Backofen kurz ruhen lassen. Dann mit der Sauce anrichten. Dazu passen glasierte Süßkartoffeln [Seite 158] oder Reis.

Flambiertes Rinderfilet auf russische Art

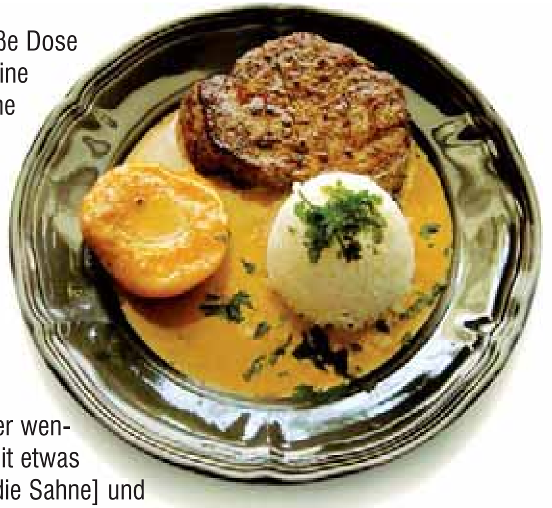


150 g Bacon, 150 g Gewürzgurke, 150 g gekochte rote Bete, 150 g Champignons, 1 Schalotte oder kleine Zwiebel, 1 Becher Crème fraîche, pro Person 1 Scheibe Rinderfilet oder -steak, 4 EL Wodka

Bacon klein schneiden, Gemüse stifteln, Zwiebeln klein würfeln. Champignons kurz waschen und trocknen, in Scheiben schneiden. Das Filet in heißem Butterschmalz auf jeder Seite ca. 3 Minuten scharf anbraten. Salzen und pfeffern. Den angewärmten Wodka über das Fleisch gießen, flambieren und das Fleisch ca. 6 Minuten auf ganz kleiner Flamme zugedeckt ziehen lassen. Danach Fleisch herausnehmen und in Alufolie an warmer Stelle ruhen lassen.
Die Bacon-Würfel in der Mikrowelle zwischen Haushaltpapier ca. 3 Minuten bei 600 W knusprig braten. Zwiebeln glasig dünsten, Champignons dazugeben, dann Crème fraîche und die rote Bete- und Gurken-Stifte unterrühren. Alles gut durchmischen, erhitzen, abschmecken und auf eine Platte oder Teller geben und die Filets darauf anrichten. Dazu Blinis [Seite 117], Baguette, Pommes frites reichen oder Dill-Sahne-Kartoffeln [Gekochte Salzkartoffeln in Scheiben oder Viertel schneiden, in Crème fraîche mit Dill schwenken.]

Rinderfilet mit scharfen Pfirsichen

Eines der vielen Lieblingsgerichte von Simone



Pro Person 1 Scheibe Rinderfilet, Butterschmalz oder Butter/Öl-Gemisch, 1 große Dose halbierte, ungesüßte Pfirsiche, Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, Chinagewürz, 1 kleine Dose Kokosmilch und/oder ½ Becher Sahne, frisches Koriandergrün oder frische Petersilie, evtl. etwas fertige Bratensauce, Bratensaft oder Rinderbraten-Fond.



Die Pfirsiche aus der Dose in ein Sieb gießen und abtropfen lassen, Saft aufheben. Die Filets in einer heißen Grillpfanne mit etwas Butterschmalz auf beiden Seiten je 3 Minuten scharf anbraten, mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen und auf einem Teller im vorgeheizten Backofen [100°] ca. 6 Minuten ziehen lassen.
In dem Bratenfond die Pfirsiche anbraten, öfter wenden, bis sie etwas Farbe annehmen. Pfirsiche herausnehmen, den Bratensatz mit etwas Wasser löschen und in eine normale Pfanne geben. Pfirsichsaft, Kokosmilch, [die Sahne] und evtl. etwas Bratensaft zugeben. Die Pfirsiche dazugeben und ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen. Scharf mit Cayennepfeffer und Chinagewürz abschmecken.
Auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit Reis* und klein geschnittenem Koriandergrün oder Petersilie garnieren.

*Basmati-Reis mit zwei Stangen Zitronengras und 6-8 Kardamomkapseln garen und diese vor dem Servieren entfernen.

Damit habe ich meinen Gourmet-Vater begeistert!

Filet Wellington mit Sauce Perigord



Zutaten für 6-8 Portionen:
3 Schalotten, 500 g Champignons, 30 g Butter, 3 EL Madeira plus 4 EL für die Sauce, 3 EL Sahne, Salz, Pfeffer, 1 Bund gehackte Petersilie.
1500 g Rinderfilet aus dem Mittelstück, 3 EL Olivenöl, 50 g Gänseleberpastete, 2 Pakete Blätterteig, 1 Ei, getrennt, 1 TL Fleischextrakt, Worcestershiresauce, evtl. noch 1/8 l Sahne, 1 Stück Trüffel

Schalotten fein hacken. Champignons putzen und ebenfalls fein hacken. Butter zerlassen, die Schalottenwürfel darin glasig dünsten. Champignons dazugeben und andünsten. Alles so lange schmoren lassen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Madeira und Sahne untermischen und erneut schmoren, bis die Flüssigkeit eingekocht ist. Die Farce muß trocken sein! Mit Salz und Pfeffer würzen, gehackte Petersilie unterrühren und abkühlen lassen.

Filet mit Salz und Pfeffer kräftig einreiben, in sehr heißem Öl rundherum ca. 15 Minuten scharf anbraten und bräunen. Fleisch abkühlen lassen, den Bratenfond aufbewahren. Soweit kann man das Filet vorbereiten.
Gänseleberpastete mit der erkalteten Pilzfarce verrühren. Aufgetaute Blätterteigscheiben so aneinanderlegen, dass ein längliches Rechteck entsteht; die Teigscheiben müssen sich um ca. 1 cm überlappen. [Eine Teigscheibe zum Garnieren zurücklassen.] Alles mit dem Nudelholz zu einer zusammenhängenden Teigplatte verarbeiten, die so groß ist, dass man das Filet darin einhüllen kann. Ränder mit Eiweiß bestreichen. Das abgekühlte Filet auf eine Schicht Farce auf den Teig legen: nicht genau in die Mitte, sondern ein wenig zur Seite. Teigränder glattschneiden, Reste zur Seite legen. Das Filet rundherum gleichmäßig dick mit der Farce bestreichen. Nun zuerst die schmale Teigseite über das Filet legen, dann die Kopfenden. Evtl. aus den Ecken Teile ausschneiden, damit der Teig sich nicht zu dick überlappt. Dabei jedesmal die sich überlappenden Teigpartien mit Eiweiß bestreichen. Zuletzt das große freie Teigende über das Fleisch schlagen. Paket leicht anheben und das letzte Ende der Teigplatte darunterschieben. Die übrige Teigscheibe und die Teigreste übereinanderlegen [nicht kneten!], ausrollen und Streifen ausradeln. Mit Eiweiß bestreichen und als Garnierung auf das Paket kleben.
Alles mit Eigelb bestreichen. Mit einer Spicknadel mehrmals den Teig einstechen, damit der Dampf abziehen kann. Das so vorbereitete Filet auf Backpapier auf ein Backblech setzen und im vorgeheizten Ofen bei 220° etwa 30 Minuten backen.
Bevor man evtl. die Vorspeise aufträgt, kann man den Ofen abschalten und die Tür öffnen, damit das Fleisch ruhen kann.
Bratenfond mit etwas Brühe [1/8 Liter Wasser und Fleischextrakt oder Delikatess-Sauce aus der Tube] ablöschen. Mit Madeira und Worcestershiresauce abschmecken. Etwas einkochen lassen, nach Wunsch mit der Sahne und gehackten Trüffeln weiter verfeinern. Dazu nur Gemüse [Leipziger Allerlei, Karottengemüse, gedünsteten Staudensellerie oder Fenchel] reichen.

Variation: Das Rinderfilet mit einem Längsschnitt bis auf 1 ½ cm Rest am Boden aufschneiden. Erneut entlang dieses 1 ½ cm dicken Bodens weiter so einschneiden, dass insgesamt eine große Fläche entsteht. Innen salzen und pfeffern und die Pilzfarce [wie oben] auf das Filet geben. Filet wieder zusammenrollen und mit Küchengarn zusammenbinden. Würzen und in heißem Öl von allen Seiten kräftig anbraten. Dann auf einem Zwiebelringbett in einer feuerfesten Form für ca. 20 Minuten in den 210° heißen Ofen geben. In Alufolie ruhen lassen, dann in Scheiben schneiden und mit Balsamico-Reduktion [Seite 68] servieren.

Das Nachkochen habe ich Jahre lang vor mir hergeschoben. Dann habe ich die Schokoladensauce zu Rehfleisch zum ersten Mal in San Gimignano genossen. Köstlich!

Schweine- oder Wildfilet mit Schokoladensauce [Mexiko]



2 Schweine- oder Hirschfilets, 1 rote Chilischote, 1 mittelgroße Zwiebel, je 100 g Karotten und Knollensellerie, 2 Knoblauchzehen, 6 schwarze Pfefferkörner, 1 Zweig Rosmarin, 1 Zweig Thymian, 2 Nelken, 1 Msp Zimt, Salz, 2 Tassen Rotwein, evtl. etwas Gemüse- oder Fleischbrühe, 50 g bittere Schokolade [70 % Kakaoanteil], 3 EL Sesamkörner

Die evtl. entkernte Chilischote, Zwiebel, Knoblauchzehen, Karotten und Sellerie fein hacken, in Öl anbraten, Gewürze und Rotwein zufügen und ca. 1 Stunde köcheln lassen. Durch ein feines Sieb passieren. Evtl. noch etwas Brühe zugeben oder mit Mondamin etwas andicken. Dann die klein geschnittene Schokolade in 3 EL heißem Wasser auflösen, zu der Sauce geben und diese pikant abschmecken.
Inzwischen das Fleisch von Sehnen befreien, in dicke Stücke oder Scheiben schneiden und in Öl von allen Seiten scharf anbraten, Schwein nach ca. 5 Minuten, Wild ca. 3 Minuten wenden, würzen und bei kleiner Flamme ca. 5 Minuten nachziehen lassen. Fleisch bis zum Servieren, in Alufolie gewickelt warm halten. Sesamkörner ohne Fett anrösten. Die Filets auf einer warmen Platte oder Serviertellern anrichten, mit der Sauce übergießen, mit den Sesamkörnern bestreuen und mit Reis oder Spätzle und mit Korianderkörnern gewürzten und in Butter gedünsteten Karottenscheiben servieren.

Schweinesteak mit Mango-Sahne-Sauce



4 Schweinesteaks, 2 große reife Mangos, ½ Zitrone, 1 EL Butterschmalz, ¼ ml Hühnerbrühe, 50 ml trockener Weißwein, ½ Becher Sahne, Salz, Pfeffer, Chinagewürz, 1 Prise Zucker, 1 Spritzer Maggi

Schweinsteaks waschen, trocknen, salzen, pfeffern und mit Chinagewürz bestreuen.
Die Mangos schälen, große Stücke vom Kern abschneiden, ¼ der Mangos in großen Stücken für die Garnitur aufheben, den Rest in kleine Stücke schneiden. Etwas Zitronenschale abreiben und die Zitrone auspressen. Die Mangostücke mit Weißwein, Zitronenschale und -saft und der Hühnerbrühe in einem Topf pürieren. Sahne zugeben und alles 10 Minuten unter gelegentlichem Rühren einkochen lassen.
Steaks in Butterschmalz scharf von jeder Seite anbraten. Dann die Hitze drosseln und zugedeckt weitere 5 Minuten braten und etwas stehen lassen. Den Bratenfond in die Sauce geben und mit Pfeffer, Salz, Chinagewürz, Zucker und Maggi abschmecken. Einen ‘Spiegel’ von der Sauce auf einen vorgewärmten Teller geben, die in schräge Scheiben geschnittenen Steaks darauf legen und mit schmalen Mangostreifen garnieren. Den Rest Sauce und Reis extra dazu servieren.
Variation: Statt Schweinesteaks Rinderfilets oder auch Hühnerbrüste verwenden.

„Dänischer Schweinebraten", normalerweise mit ausgelöstem Schweinerücken zubereitet, wird so viel saftiger!

Schweinelende mit Pflaumen und Äpfeln



2 Boskop-Äpfel, ½ Glas Weißwein, 1 EL Zucker, je 1 Prise Salz und Anissamen, etwas frisch geriebener Ingwer, 10-16 weiche Trockenpflaumen.
Pro Person ½ Schweinelende [Filet], Salz, Pfeffer, 1 Packung Bacon [Frühstücksspeck], evtl. einige Scheiben Lachsschinken, Butterschmalz, ½ Becher Sahne, 1 Glas Weißwein, evtl. etwas Bratenfond. Für die **Sauce** 6-8 rote Zwiebeln, ein Schuß Rotwein, Salz, Pfeffer, 1 EL braunen Zucker, Toastbrot

Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen und Äpfel in kleine Stücke schneiden. Mit Weißwein, Zucker, Salz, Anis, Ingwer aufkochen, weich dünsten, zu Mus verrühren und erkalten lassen.
Von den Schweinefilets die dünnen Enden abschneiden und aufheben oder klein schneiden und mit zur Füllung geben. Die Filets längs aufschneiden bis auf ca. 1 ½ cm vom Rand und mehrmals parallel dazu einschneiden, zwischen Klarsichtfolie plattieren, so dass eine größere Füllfläche entsteht. Das Fleisch salzen und pfeffern, die Innenflächen mit dem Apfelmus bestreichen, evtl. einige Scheiben Schinken darauf legen und jeweils 5-8 Pflaumen der Länge nach in die Mitte legen. Mit Hilfe der Folie einrollen, mit Bacon umwickeln und mit Küchengarn festbinden.
Die Rollen in einer feuerfesten Form in heißem Fett von allen Seiten vorsichtig anbraten, damit der Bacon nicht zu dunkel wird, dann Weißwein und Sahne, evtl. Bratenfond zugeben und für 30 Minuten offen in den auf 200° vorgeheizten Ofen schieben. Nach 20 Minuten die Hitze auf 100° reduzieren, sonst wird der Speck zu braun und/oder die Form mit Alufolie abdecken.
Zubereitung der Zwiebeln siehe Seite 118. Abwechselnd mit gegrilltem oder getoastetem Brot zu einem Turm aufschichten.

Schweinelende in Calvados-Sahne-Sauce



2 Schweinelenden, 1 Becher Sahne, ca. 150 ml Calvados, Butterschmalz, Salz, Pfeffer, pro Person 1 säuerlicher Apfel [Boskop, Braeburn, Cox Orange], etwas Instant-Gemüsebrühe, 1 EL Zucker

Die Lenden von den Häutchen befreien, in ca. 3 cm dicke Scheiben schneiden und etwas flach drücken. In heißem Butterschmalz von allen Seiten kurz, aber scharf anbraten, pfeffern und salzen, in Alufolie im ca. 120° heißen Ofen ca. 10-15 Minuten ziehen lassen.
Den Bratensatz mit Sahne und Calvados ablöschen, kurz aufkochen und dann auf kleiner Flamme etwas eindicken lassen. Die Äpfel schälen, das Gehäuse ausstechen, 1 cm dicke Scheiben schneiden und in Butterschmalz zusammen mit dem Zucker in einer zweiten Pfanne anbraten und vorsichtig karamellisieren lassen, mit etwas Calvados ablöschen, evtl. flambieren, mit Gemüsebrühe, Pfeffer und Salz abschmecken.
Dazu in Salzwasser gegarte Bandnudeln oder Tagliatelle in ausgebutterten Förmchen zum 'Nest' formen, Butterflöckchen darübergeben und im Grill goldbraun überbacken. Fleischstücke daraufsetzen, Sauce in die Nester gießen und um die Nester nappieren. Die Apfelringe um das 'Nest' legen.

Schweineröllchen mit Käsesauce



1 große Schweinelende, 100 g gekochter Schinken in dünnen Scheiben,
1 Päckchen Estragon [oder andere Kräuter], Pfeffer, Salz, Mehl, Butterschmalz
Für die **Sauce**: 1 Glas Kalbsfond, 1 Zwiebel oder zwei Schalotten, 75 g Kräuter-Frischkäse, 1 kleiner Schuß trockener Weißwein
Spätzle [Seite 116] oder fertig gekauft, 30 g geriebener Emmentaler-Käse

Sauce: Klein geschnittene Zwiebel in Butterschmalz braun anbraten, mit dem Kalbsfond nach und nach löschen und immer wieder einkochen lassen. Den Kräuterkäse nach und nach in die Sauce einrühren und schmelzen lassen. Mit Wein, Pfeffer und Salz abschmecken. Durch ein feines Sieb geben.

Lende von Fett und Sehnen befreien, schräg in 12 ca. 1 ½ cm dicke Scheiben schneiden und zwischen Folie plattieren. Salzen und pfeffern. Schinken in Fleischgröße zuschneiden, auf die Scheiben legen, dünn mit Kräuterkäse bestreichen und mit klein geschnittenen Kräutern bestreuen. Aufrollen und mit Rouladenspießen oder Zahnstochern feststecken. Außen salzen, pfeffern, leicht mit Mehl bestäuben und in heißem Butterschmalz auf allen Seiten scharf anbraten. Herausnehmen, Pfanne mit Haushaltpapier auswischen,
1-2 EL Butter zufügen, das Fleisch wieder in die Pfanne legen und bei niedriger Hitze zugedeckt ca. 2-3 Minuten ziehen lassen.
Die Röllchen aus der Pfanne nehmen und warm stellen, den entstandenen Bratenfond unter die Sauce mischen.
Dazu Feldsalat reichen und Spätzle, die mit dem geriebenen Käse bestreut werden.

Lecker, hat Georgia gesagt!

Würz-Schweinegulasch



Wein-Beize: 2 EL Öl, ¼ l Rotwein, 3 EL Balsamico, 1 TL Salz,
1 geschälte Zwiebel, ½ Bund klein geschnittenes Suppengrün, 1 Lorbeerblatt, 8-10 Pfefferkörner, 3 Nelken, je 1 Zweig Thymian und Rosmarin

500-750 g leicht durchwachsenes Schweinefleisch aus der Schulter, Butterschmalz, 2 geschälte Zwiebeln, ¼ l Fleischbrühe, 1-2 EL Mehl,
1 EL Tomatenmark, 3-4 EL Sahne, Salz, Pfeffer

Zutaten für die Beize aufkochen und erkalten lassen. Fleisch in 4x4 cm große Würfel schneiden, in die Beize legen und mindestens einen Tag zugedeckt im Kühlschrank marinieren lassen.
Fleisch herausnehmen, abtropfen lassen, abtrocknen und portionsweise von allen Seiten in heißem Butterschmalz braun anbraten. Klein gehackte Zwiebeln dazugeben und anbräunen, Mehl und Tomatenmark mit anbräunen und dann nach und nach Beizflüssigkeit und Fleischbrühe zugießen und ca. 75-90 Minuten bei kleiner Hitze offen garen. Falls die Sauce zu stark einkocht, Fleischbrühe oder Wasser zugeben. Wenn das Fleisch weich ist, die Sahne unterrühren, alles pikant abschmecken und mit frischen Bandnudeln und Karottengemüse oder Salat servieren.

1 Bund Suppengrün, Butterschmalz, 1 große Zwiebel,
2 l Gemüsebrühe, 2 Lorbeerblätter, 2 Nelken, 4 Pimentkörner, 1 TL schwarze Pfefferkörner, Salz, 500 g Kalbfleisch aus der Keule,
1-2 Hähnchenbrustfilets, 25 g getrocknete Spitzmorcheln, 300 g Zuckerschoten und/oder TK-Erbsen, 3 große Karotten, 100 g Sahne, 1 EL Mehl, 1 EL Butter,
3 EL Crème fraîche
Pro Person 1 rohe Riesengarnele ohne Schale, 3 EL Olivenöl, 4 EL Pernod [Anisschnaps], frisch gemahlener Pfeffer, Salz, ½ Bund Estragon



Suppengrün putzen und klein würfeln. Zwiebel halbieren und auf den Schnittflächen in Butterschmalz anrösten. Suppengrünwürfel dazugeben und ebenfalls etwas anrösten. 2 l Gemüsebrühe aufgießen und aufkochen lassen.
Die Gewürze und das Fleisch dazugeben, es sollte knapp mit Flüssigkeit bedeckt sein, und offen bei kleiner Hitze gut 1½ bis 2 Stunden köcheln lassen. Entstehenden Schaum mit einer Schöpfkelle abheben.
Hähnchenbrustfilets abspülen und 20 Minuten vor Ende der Garzeit ebenfalls in den Topf geben. Inzwischen die Morcheln in warmem Wasser 20 Minuten einweichen.
Zuckerschoten abspülen, an beiden Enden knapp abschneiden und schräg halbieren. Karotten schälen und in breite Stifte oder Romben schneiden. Karotten im kochenden Salzwasser 4 Minuten, die Zuckerschoten 2 Minuten sprudelnd kochen lassen. Anschließend sofort in kaltes Wasser geben, abgießen und beiseite stellen. TK-Erbsen auftauen lassen.
Morcheln in einen Kaffeefilter geben, das Einweichwasser aufheben und die Morcheln noch einmal gut waschen.
Fleisch aus der Brühe nehmen und in Würfel schneiden. Zugedeckt warm halten. Die Brühe zuerst durch ein feines Sieb, dann zusammen mit dem Morchel-Einweichwasser wieder in den Topf geben. Bei großer Hitze 5 Minuten einkochen lassen.
1 EL Mehl in 1 EL Butter anschwitzen, mit etwas Brühe ablöschen und dann nach und nach durch Zugabe von weiterer Brühe eine helle Sauce zubereiten. Die Sahne dazugießen. Aufkochen lassen und die Crème fraîche unterrühren. Nicht mehr kochen lassen.
Garnelen am Rücken entlang mit einem scharfen Messer einschneiden und den schwarzen Darm entfernen. Garnelen abspülen, trockentupfen und in einer Pfanne im heißen Öl braten. Pernod zugießen, flambieren, mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch, Gemüse und Morcheln und den Garnelenjus in die Suppe geben, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den Eintopf in einen Suppenteller geben, die Garnele darauflegen, alles mit gehacktem Estragon bestreuen und Baguette dazu reichen.



Variation: Eignet sich mit sehr klein geschnittenen Zutaten, kleinen Garnelen und in geringerer Menge auch als Vorspeise.

Osso buco [Kalbfleisch-Beinscheiben aus Italien]



Pro Person 1-2 Beinscheiben vom Kalb, 4 Karotten, 4 Stangen Staudensellerie, 1 kg reife Tomaten, 1 Bund Petersilie, Butter, Olivenöl, ¼ l Weißwein, ¼ l Fleischbrühe, 3 mittelgroße Zwiebeln, 3 Knoblauchzehen, je 1 Zweig frischer Thymian und Oregano oder je ½ TL getrocknet, 2 frische Lorbeerblätter, Salz, Pfeffer, Mehl

Karotten, Sellerie, Zwiebeln und Knoblauch in kleine Würfel schneiden und in Butter oder Öl in einer Kasserolle leicht anbräunen. Kalbshaxen mit Küchengarn rund binden, salzen, pfeffern, in Mehl wälzen, überschüssiges abschlagen, in Öl in einer Pfanne hellbraun anbraten, herausnehmen und auf das Gemüse setzen. Pfannen-Bratfond mit Weißwein unter Rühren aufkochen, bis der Bratensatz gelöst ist. Backofen auf 160° vorheizen.
Tomaten häuten, entkernen und kleinschneiden. Petersilie mit Stängeln grob hacken. In die Pfanne die Fleischbrühe gießen, die Kräuter und Tomaten zugeben, aufkochen, würzen und über die Fleischstücke gießen. Auf dem Herd aufkochen, Deckel auflegen und in den Ofen schieben. 2-3 Stunden schmoren, dabei alle 30 Minuten die Haxen mit Brühe begießen.

Dazu **Gremolata**: Schale von 2 Zitronen abraspeln, 2 Bund glatte Petersilie fein hacken, 5 Knoblauchzehen ganz fein würfeln und miteinander vermischen. Zum Servieren wird das Fleisch [bzw. das Mark in den Knochen] mit der Gremolata bestreut. Dazu Baguette reichen.

Kalbsfrikassee mit Gemüse



600 g Kalbfleisch [Nacken oder Schulter], Butterschmalz, 1 Zwiebel, 1 Bund Suppengrün, 1 frisches Lorbeerblatt, 10 schwarze Pfefferkörner, 3 Petersilienstängel, 1 Thymianzweig, Salz, Pfeffer
Für die **Sauce:** 1 EL Butter, 1 EL Mehl, ½ Becher Sahne, 100 ml Weißwein, Pfeffer, Salz, Zitronensaft

Fleisch in ca. 3 cm große Würfel schneiden, in 1 ½ l kochendes Salzwasser geben und bei kleiner Flamme offen 30 Minuten köcheln. Kleingewürfeltes Gemüse und die Gewürze zugeben und weitere 30 Minuten garen. Fleisch herausnehmen und in ein feuchtes Tuch geschlagen auf einen Teller legen, damit es nicht austrocknet. Den Fond durch ein Sieb gießen.
Sauce: Mehl in Butter andünsten, den erkalteten Fleischfond nach und nach zugießen und unter kräftigem Rühren mit dem Schneebesen zu einer glatten Bechamelsauce verrühren. So viel Wein und Sahne zugießen, dass eine sämige Konsistenz erreicht wird und die Sauce offen unter gelegentlichem Umrühren leicht köcheln lassen. Evtl. durch ein feines Sieb gießen. Inzwischen Basmatireis zubereiten und in eine gebutterte Ringform geben.
Längliche Karottenstifte, Zuckerschoten, weiße und grüne Spargelspitzen und/oder grüne Erbsen und Champignons in Salzwasser al dente garen bzw. blanchieren und abgetropft zusammen mit dem Fleisch in die Sauce geben, nochmals erhitzen, mit Zitronensaft, Pfeffer und Salz abschmecken und in die Mitte des auf einen Teller gestürzten Reis-Rings geben.

Exotisches Kalbs-Hühnergulasch



750 g Kalbsgulasch, 450 g Hähnchenbrustfilet, etwa 250 ml Gemüsebrühe, 1 Zimtstangen, 1 Zitronengrasstängel, 2 Knollen eingelegter oder 2 cm frisch geriebener Ingwer, 2 frische rote Chilis, 3 Knoblauchzehen, 100 g gehackte Mandeln, 50 g Sesamkörner, ½ Ananas, 2 nicht ganz reife Bananen, 1 Handvoll Kirschtomaten, Salz, Pfeffer, Niter Kebbeh [Seite 211] oder Butterschmalz, Mais-Tortillas

Knoblauchzehen mit Haut in eine Pfanne ohne Öl geben und etwa 10 Minuten rösten. Danach von der Haut befreien und zur Seite stellen.
Das Fleisch in ca. 4 cm große Würfel schneiden. Zuerst das Hähnchenfleisch in Niter Kebbeh scharf anbraten, herausnehmen und beiseite stellen.
Das Kalbsgulasch ebenfalls scharf anbraten, nach und nach mit Gemüsebrühe ablöschen und auf kleiner Flamme ca. 35-40 Minuten köcheln lassen. Hähnchenfleisch zum Kalbsgulasch geben, weitere 10 Minuten köcheln lassen.
In der Zwischenzeit klein geschnittene Zwiebel in Fett in einer Pfanne anrösten, Zimtstangen, angequetschtes Zitronengras und durchgequetschten Knoblauch zugeben. Etwas von dem Fleischsaft dazugießen und unter Rühren etwa 5-8 Minuten kochen lassen. Durch ein Sieb wieder zum Fleisch geben. Zum Andicken der Sauce Mandeln und Sesam vorsichtig anrösten, mit Fleischsauce ablöschen, mit dem Mixstab pürieren und zum Fleisch geben.
Kurz vor dem Servieren Tomaten halbieren, Bananen, Ananas, Chilis [evtl. entkernt] und Ingwer klein schneiden bzw. reiben und unter das Fleisch mischen, nach Geschmack nachwürzen und kurz erwärmen.
Das Ganze heiß mit gebackenen **Mais-Tortillas** servieren. [½ Tasse Maismehl, ½ Tasse Weizenmehl, 1 Ei, Salz, Pfeffer, etwas Curry und Chinagewürz und Selterswasser zu einem flüssigen Teig vermischen und in Niter Kebbeh knusprig ausbacken]

AMAs badisches Kalbsgulasch

Danke, Mutti, für dieses Rezept!



750-1000 g Kalbsgulasch oder Kalbfleisch [Nacken oder Schulter], je 10 weiße und schwarze Pfefferkörner, Salz, Butterschmalz, 1 Glas Kalbsfond, etwas Sahne, 1 EL Mondamin

Die Gulasch-Würfel sollten ca. 4 cm groß sein. Das Fleisch portionsweise in Butterschmalz von allen Seiten scharf anbraten. Salzen und zerstoßene Pfefferkörner dazugeben. Etwas Fond angießen, einkochen lassen, wieder angießen etc., damit eine schöne braune Saucenfarbe erreicht wird. Dann den restlichen Fond dazugeben und das Gulasch auf kleiner Flamme zugedeckt ca. 1 Stunde garen lassen. Alles durch ein Sieb laufen lassen, um die Pfefferkörner zu entfernen und dann das Gulasch zurück in den Topf geben. Die Sauce mit Mondamin, Wasser und etwas Sahne abbinden und nochmals abschmecken.
Zu dem badischen Gericht gehören selbst gemachte Spätzle [Seite 116], die in Butter knusprig gebraten werden und Kartoffelsalat!

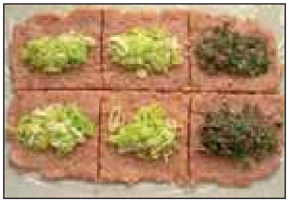
Kalbsnierenbraten

Leibgericht von Vater Fritz



Braten von ca. 1 kg mit Kalbsniere vom Metzger als Rollbraten vorbereiten lassen.
Gewürzpaste aus 3 EL Öl, je ½ TL Salz, gestoßene Pfefferkörner, Provencekräuter oder nur Öl, Salz, 1 EL schwarze und weiße Pfefferkörner, etwas Sahne
Fond zubereiten aus: 1-2 Kalbsknochen, 1 Zwiebel mit 3 Nelken besteckt, 1-2 Karotten, 1 Stück Sellerie. Zutaten in Butterschmalz etwas anbraten, mit gut 1 l Wasser aufgießen und ca. 1-2 Stunden köcheln lassen und dann durch ein Sieb geben.
Das Fleisch evtl. mit der Gewürzpaste einstreichen, 2-3 Stunden ruhen lassen. Im Brattopf oder Bräter mit Butterschmalz ringsum anbraten. Für ca. 5 Minuten in den 220° heißen Ofen schieben und immer wieder mit Bratfett begießen. Ca. 150 ml Fond zugeben. Auf 140° herunterschalten und ca. 1 ½ Stunden zugedeckt garen lassen. Ab und zu wenden. Braten aus dem Topf nehmen und in Alufolie warm stellen. Braten-Fond in einen Topf sieben, zusammen mit dem Knochen-Fond aufkochen, evtl. zusätzlich 1 Glas Kalbsfond oder ½ l Gemüsebrühe zugießen, etwas Mehl oder Mondamin mit 3-4 EL Sahne verrühren, die Sauce damit andicken und mit Salz, Pfeffer und etwas Weißwein abschmecken. [Man braucht viel Sauce!] Fleisch in Scheiben schneiden und auf einer vorgewärmten Platte anrichten. Dazu Wickelklöße reichen [Seite 115].

Kalbfleischrouladen [Schweden]



1 mittlere Kartoffel, 1 kleine, fein gehackte Zwiebel, 500 Gramm Kalbfleisch, zu Hackfleisch verarbeitet, 3 EL Semmelbrösel, 3 EL Sahne, Salz, frisch gemahlener weißer Pfeffer, 1 Ei, Butterschmalz, ½ Tasse sehr fein geschnittener Lauch [nur das Weiße], ¼ Becher süße Sahne, 2 EL fein gehackte Petersilie

Die geschälte, geviertelte Kartoffel ca. 10 bis 15 Minuten in Salzwasser gar kochen, abgießen und mit einer Gabel zerdrücken. 2 EL Butter in einer kleinen Bratpfanne zerlassen. Die gehackten Zwiebeln dünsten, bis sie weich und glasig, aber nicht braun sind. Den Lauch ebenfalls andünsten.



In einer Schüssel alle Zutaten bis einschließlich Ei zu einer Farce vermengen und wenigstens 1 Stunde in den Kühlschrank stellen. Die Masse auf angefeuchteter Klarsichtfolie mit einem angefeuchteten Eßlöffel zu einem 40x40 cm großen und 3 mm dicken Quadrat drücken. Mit einem Messerrücken ca. 10x10 cm große Quadrate aus der Hackfleischmasse schneiden. Eine dünne Lage Porreescheibchen auf jedes Quadrat setzen. [Man kann auch gebratene und gewürzte Fleischstücke einwickeln, angedünstete Pilze, siehe Foto, etc. einrollen.] Mit Hilfe eines Gummispachtels jedes Quadrat zu einer Roulade aufrollen. Noch einmal kalt stellen.
In Butterfett vorsichtig auf allen Seiten anbraten und bräunen. Die Rouladen aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Aus dem Bratenfond unter Zugabe der Sahne und evtl. etwas Bratensaft eine kleine Sauce bereiten.

Dazu gebackene Kartoffeln mit Bohnenkraut/Thymian und Gemüse reichen.

Kalbssteak mit Morchel-Champignons-Sauce



Pro Person 1 Kalbssteak von ca. 120-150 g, 150 g braune Champignons, 20-30 g getrocknete Morcheln, 1 kleine Zwiebel, 1 Becher Sahne, Salz, Pfeffer, Butterschmalz

Die Morcheln in warmem Wasser 20 Minuten einweichen, dann in einen Kaffeefilter gießen. Wasser in einer Tasse auffangen und aufbewahren. Die Morcheln nochmals gut waschen und abtropfen lassen, evtl. etwas kleiner schneiden. Die Champignons putzen und in Scheiben schneiden oder vierteln. Die Zwiebel schälen, sehr klein würfeln und in Butterschmalz andünsten. Morcheln und Champignons dazugeben und ca.
5 Minuten Farbe nehmen lassen. Salzen und nach und nach Sahne und Morchel-Einweichwasser dazuschütten, immer wieder einkochen lassen, bis eine bräunliche Sauce entsteht.
Das Kalbsschnitzel kurz in Butterschmalz scharf anbraten, in die Sauce geben und darin etwa 2 Minuten ziehen lassen. Mit breiten Bandnudeln oder knusprigen Kartoffel-Plätzchen [Seite 109] servieren.

Wildgulasch I mit Backpflaumen



100 g durchwachsener Speck, 500-750 g Wildgulasch, 1 große Gemüsezwiebel, 2-3 Karotten, ¼ l Rotwein, ¼ l Fleischbrühe, 1-3 frische Lorbeerblätter, einige Wacholderbeeren, evtl. fertiges Wildgewürz, Thymian, Salz, Pfeffer, Johannisbeer- oder Traubengelee, etwas Senf, 125 g Backpflaumen, ½ Becher Sahne, Butterschmalz

In einer feuerfesten Form oder einem Bräter Speck in wenig Butterschmalz anbraten, Gulasch portionsweise scharf anbraten, gehackte Zwiebeln und klein gewürfelte Karotten zugeben, dann nach und nach mit Wein ablöschen, immer wieder einkochen lassen, damit das Fleisch schön dunkel wird. Mit Brühe auffüllen, die Gewürze und die ganzen Backpflaumen zugeben und ca. 1 ½ Stunden im Ofen bei 160° Ober- und Unterhitze gar dünsten.
Fleisch aus der Sauce nehmen und warm stellen. Sauce einkochen, mit Johannisbeer- oder Traubengelee abschmecken. Sehr steif geschlagene Sahne unterheben.
Zum Gulasch Birnenviertel [in Zucker-Wasser-Weinmischung mit Nelke und Zimt gar gedünstet] mit Preisel- oder Kronsbeerenkompott servieren und Austernpilze [oder sonstige Pilze], in Butter gebraten, leicht gesalzen und gepfeffert, Semmelknödel [Seite 112] und glasierte Maronen [fertige Maronen in 1 EL Butter und 1 EL Zucker goldgelb überziehen].

Wildgulasch II



50 g durchwachsener Speck, 500 g Wildgulasch, 125 g Zwiebeln, 1 Bund Suppengrün, ¼ l Rotwein, ¼ Fleischbrühe, 1-3 frische Lorbeerblätter, einige Wacholderbeeren, evtl. fertiges Wildgewürz, reichlich Thymian, Salz, Pfeffer, Preiselbeer- oder Traubengelee, etwas Senf, 1 Becher saure Sahne, 1 TL Mehl

Speck anbraten, Gulasch portionsweise scharf anbraten, gehackte Zwiebeln zugeben, Suppengrün klein würfeln und zugeben, dann nach und nach mit Rotwein ablöschen, immer wieder einkochen lassen, damit das Fleisch schön dunkel wird. Mit Brühe auffüllen, die Gewürze zugeben und ca. 60 Minuten im Ofen bei 140-160° Ober- und Unterhitze gar dünsten. Fleisch aus der Sauce nehmen und warm stellen. Sauce einkochen lassen, mit Preiselbeerkompott oder Traubengelee, Senf abschmecken und die mit dem Mehl verquirlte saure Sahne dazugeben. Kurz aufkochen lassen. Gulasch in Warmhalteschüssel servieren, garniert mit Birnenhälften und Preiselbeer- oder Kronsbeerenkompott. Evtl. auch Champignons oder sonstige Pilze zum Gulasch reichen und Kartoffelklöße, Semmelknödel, Spätzle oder Schupfnudeln.

Variation I: Statt Lorbeer, Wacholder und Thymian am Schluß ein Glas Sauerkirschen ohne Saft unterheben und mit erwärmen.

Hirschfilet an Quittensauce



500 g Hirschfilet, Butterschmalz, Pfeffer, Salz, 1 Msp Wildgewürz

Für die **Sauce:** 1 Tasse Rotwein, 3 EL Quittenmark [ersatzweise Quittenkonfitüre oder -gelee oder auch Pflaumenmus oder Hiffenmark], ein paar Rosmarinnadeln, 1 Zweig frischer oder 1 TL getrockneter Thymian, 2 Msp Wildgewürz, 10 Korianderkörner, 2 frische oder ½ getrocknete Lorbeerblätter, Salz, Pfeffer, etwas Gemüsebrühe oder Wildfond.
Alles zusammen aufkochen und einkochen lassen, bis eine leicht sämige Sauce entsteht. Durch ein feines Sieb streichen und abschmecken.

Das Filet von Sehnen befreien und in einer Grillpfanne in heißem Butterschmalz kräftig von allen Seiten anbraten [insgesamt ca. 8 Minuten]. Würzen und in Alufolie eingewickelt im 100° heißen Ofen ca. 10 Minuten nachziehen lassen. Den ausgetretenen Fleischsaft mit zur Sauce geben und das Fleisch in schräge Scheiben schneiden. Auf einer Platte mit der Sauce nappieren und zusammen mit gedünsteten Karotten, Austernpilzen und Blätterteigstangen servieren. Den Rest Sauce extra servieren.
Gut passen dazu auch Pommes frites oder Waffelkartoffeln [Seite 110] oder auch Kroketten.

Reh/Hirschmedaillons mit Pilzen und Weinbrand-Korinthen



1200 g Reh/Hirschrücken, 400 g Pfifferlinge/Champignons/Austernpilze, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 Bund Petersilie, 1 Zweig Rosmarin, 3 EL Öl/Butterschmalz, 6 EL Butter, Salz, Pfeffer, Wildmischgewürz, ½ Becher Sahne, 4 EL Korinthen, 50 ml Weinbrand, 50 ml Pflaumenwein

Korinthen kurz in kochendes Wasser legen, durch ein Sieb geben, gut abtrocknen und mit Weinbrand und Pflaumenwein bei Zimmertemperatur mindestens ½ Stunde stehen lassen.
Rehrücken von Haut, Sehnen und Fettansätzen befreien und in mindestens 4 cm dicke Medaillons schneiden. Pilze putzen und große Pilze vierteln. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Petersilie waschen und fein schneiden.
3 EL Butter erhitzen, Zwiebel und Knoblauch anschwitzen, Pilze zugeben, kräftig anbraten, salzen und pfeffern. Sahne zugeben und auf kleiner Flamme zu cremiger Konsistenz einkochen. Petersilie vor dem Servieren dazugeben.
Reh/Hirschmedaillons salzen und pfeffern und mit etwas Wildmischgewürz und klein gehacktem Rosmarin einreiben und etwas einziehen lassen. In einer Pfanne Rehmedaillons in Butterschmalz auf beiden Seiten je 4-5 Minuten scharf anbraten, aus der Pfanne heben und 4-5 Minuten in Alufolie im 100° heißen, aber abgeschalteten Ofen ziehen lassen. Fett aus der Pfanne abgießen. Weinbrand-Rosinen in die Pfanne geben und die Flüssigkeit aufkochen lassen. Ein paar TL kalte Butter einrühren [montieren].
Dazu passen Kartoffelkroketten oder Spätzle [Seite 116].

Damhirschfilet im Speckmantel und Lauchstroh



Pro Person ½-1 Damhirschfilet, Wacholderbeeren, 1 TL Wildgewürz, Pfeffer, 100 g Bacon, Öl oder Butterschmalz, ½ Glas Wildfond, 1 EL Johannisbeergelee, Traubengelee oder ähnlich herb-süßes Gelee, etwas Butter zum Montieren
Lauchstroh: ½ Stange Lauch [nur die hellgrünen Teile], Öl zum Fritieren, Salz
Die Filets von Sehnen befreien, mit zerdrückten Wacholderbeeren, Wildgewürz und Pfeffer aus der Mühle würzen, in einem Plastikbeutel einziehen lassen und danach mit Bacon umwickeln, nicht salzen.
Die Filets in etwas Öl/Butterschmalz von allen Seiten scharf anbraten und bei ca. 150° etwa 6 Minuten im Backofen fertig garen. Das Fleisch in Alufolie warmstellen. Bratenrückstand mit Wildfond ablöschen und köcheln lassen, bis sich die Menge reduziert und der Geschmack entwickelt hat, mit Gelee abschmecken und mit etwas Butter binden.
Den Lauch in hauchdünne Streifen schneiden. In heißem Öl bei ca. 180° 20 bis 30 Sekunden fritieren. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.
Dazu Püree reichen [Seite 106-109] oder Kartoffel-Maronen-Tarte [Seite 111]

Gefüllter Hasenrücken im Wirsingmantel mit Apfelsauce



4 Filets = 2 Hasenrücken, 8 mittelgroße Wirsingblätter, 80 g Waldpilze oder braune Champignons, 120 g mageres Kalbfleisch, 25 g sehr klein geschnittene Speckwürfel, 1 Schalotte in kleinen Würfeln, 1 Ei, ½ Laugenstange oder 1 Scheibe Weißbrot ohne Rinde, Olivenöl oder Butterschmalz, 1 Zweig Rosmarin, etwas Gemüsebrühe oder Wildfond, 1-2 säuerliche Äpfel, 100 ml Weißwein,
100 ml Apfelsaft, 1 EL Zucker, 2-3 EL Calvados, 3-4 EL Sahne, Salz, Pfeffer

Die gesäuberten Pilze sehr klein hacken. Speck und Schalotten in Butter anschwitzen, die Pilze zufügen und so lange dünsten, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Kalt stellen. Dann mit dem fein durchgelassenen oder pürierten Kalbfleisch vermengen und das Ei unterrühren. Salzen, pfeffern und den gehackten Rosmarin dazu geben.
Die Wirsingblätter 4-5 Minuten blanchieren und den Strunk [Rispe] ausschneiden.
Die Hasenfilets zwischen Klarsichtfolie zur Roulade plattieren. Auf der Folie die Wirsingblätter übereinanderlegen, würzen, Filetsrouladen darauflegen, mit der Kalbfleischfarce bestreichen und mit Hilfe der Folie einrollen.
In Öl oder Butterschmalz in einer feuerfesten Form anbraten, etwas Gemüsebrühe oder Wildfond angießen und dann bei 160° auf der mittleren Schiene im Ofen ca. 30 Minuten offen garen.

Flambierte Apfelsauce: Die Äpfel von Schale und Gehäuse befreien und in kleine Würfel schneiden. Das Butterschmalz mit dem Zucker in einem Topf erhitzen. Die Apfelwürfel zugeben und bräunen. Nach kurzer Zeit mit Calvados flambieren. Apfelsaft und Wein zugeben und alles bis zur gewünschten Konsistenz reduzieren. Die kalte Butter in Stücke schneiden und mit dem Mixstab in die Sauce einarbeiten. Nicht mehr kochen. Die leicht geschlagene Sahne und den Fleischsaft im letzten Moment in die Sauce geben, abschmecken und mit dem in Scheiben geschnittenen Fleisch servieren. Dazu Baguette reichen.

Hirschrücken mit Preiselbeersauce



600-800 g Hirschrücken, 30 g Butterschmalz, 1-2 TL Wildgewürzmischung [u.a. Wacholderbeeren, Piment, Nelke gemahlen], ½ Zweig Rosmarin, 1 Packung Bacon [Frühstücksspeck], Butterschmalz, Salz und Pfeffer, Preiselbeer- oder Kronsbeerenkompott

Das Fleisch mit 1-2 TL Wildgewürz und klein gehackten Rosmarinnadeln einreiben und 1 Stunde einziehen lassen. Frühstücksspeck etwas überlappend nebeneinander auf eine Folie legen und das Fleisch mit Hilfe der Folie damit ganz einwickeln. Mit Rouladennadeln oder Küchenschnur befestigen. In heißem Butterschmalz von allen Seiten knusprig anbraten, dann im 120° heißen, aber abgeschalteten Ofen ca. 10 Minuten nachziehen lassen.
In der Zwischenzeit Austernpilze mit kleingehackten Zwiebeln in Butter braten, pfeffern, salzen. Aus Delikatess-Bratensaft aus der Tube, 1-2 EL Preiselbeer- oder Kronsbeerkompott eine kleine Sauce zubereiten.

Kaninchenfilet mit Kressenudeln



Pro Person 1-2 Kaninchenfilet, 1 Glas Kalbs- oder Geflügelfond, 2-3 Schalotten, 1 Bund Suppengrün, 100 g Crème fraîche oder Sahne, 1 Schuß Madeira oder Muskadet, etwas frischer Thymian, Salz, Pfeffer, Butterschmalz, 2-4 Bund Brunnenkresse, 1-3 Zweige Basilikum. 1 Paket frische Eierbandnudeln, 2-3 Karotten, 1 EL Öl, Salz, Pfeffer, 30 g Butter

Butterschmalz erhitzen und Schalottenwürfel anrösten, Suppengrünwürfel zugeben und andünsten, pfeffern, salzen, mit Fond und Madeira/Muscadet ablöschen und ca. 60 Minuten im offenen Topf langsam reduzieren. Fond dann durch ein Sieb gießen. Crème fraîche oder Sahne dazugeben und auf ¼ l einkochen lassen. Kräuter klein hacken und in die Sauce geben, würzen und warm stellen. Kaninchenfilets in Butterschmalz 4-5 Minuten von allen Seiten goldbraun braten. In Alufolie warm stellen. Brunnenkresseblätter abzupfen und klein schneiden.
Karotten schälen, mit dem Sparschäler in dünne lange Streifen schneiden und zusammen mit den Bandnudeln 3-4 Minuten in reichlich Salzwasser gar kochen. Butter in einer großen Pfanne heiß werden lassen, die Kresseblätter darin kurz schwenken, salzen, pfeffern, die Nudeln unterheben und zusammen mit dem Kaninchenfilet und der Sauce heiß servieren. Einen Muscadet oder einen trockenen Weißwein dazu reichen.

Irgendwann war das ein einsam genossenes, aber köstliches und sehr genußreiches Weihnachtsessen!

Hasenfilets im Speckmantel mit Pflaumensauce



2 Hasenrücken, 1 Bund Suppengrün, 1 Glas Rotwein, 1 Zwiebel, Salz, Pfeffer, je 6 Piment- und Wacholderbeeren, im Mörser zerdrückt, 1 Bund frischer Majoran, 2 EL Butterschmalz, 100 g Bacon [Frühstücksspeck], 2 EL Pflaumenmus oder 4 weich getrocknete Pflaumen, Pflaumenschnaps, z.B. Slibovitz oder asiatischer Pflaumenwein, evtl. etwas Wildfond

Mit einem Messer die Filets vom Knochen lösen und alle Häute entfernen. Knochen mit Suppengrün, Zwiebeln und Gewürzen anbraten, mit Rotwein ablöschen und zu einer Sauce einkochen. Majoran waschen, trockentupfen, die Blättchen abzupfen und auf einen flachen Teller legen. Die Filets leicht flach drücken, pfeffern, das dünne Ende einschlagen, in Majoran wälzen und mit den Baconscheiben umwickeln. Von jeder Seite in Butterschmalz anbraten, herausnehmen und im Backofen offen bei 110° ca. 10 Minuten nachziehen lassen.
Die Sauce durch ein Sieb geben, Pflaumenmus einrühren bzw. die Trockenpflaumen zerdrücken und kurz aufkochen, mit dem Pürierstab durchmixen und 2-3 EL Pflaumenschnaps oder -Wein zugeben und abschmecken. Hasenfilets in dicke, schräge Scheiben schneiden, auf warmen Tellern mit der Pflaumensauce anrichten. Dazu Rosenkohl mit halbierten gebratenen Haselnüssen, im Speckfett gebratene kleine Kartoffeln, evtl. geviertelte Champignons reichen.

Kaninchen mit Nudeln

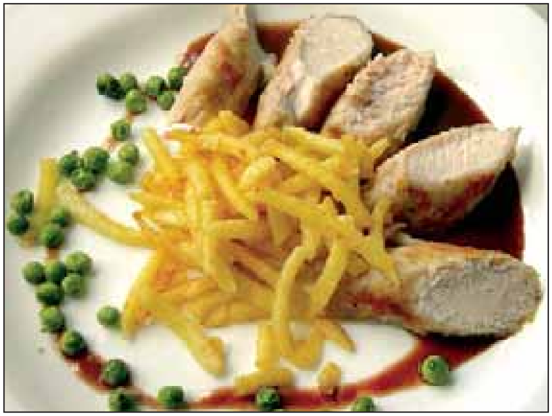
„Conejo con fideo". Vom Spanienurlaub mit Hallveig und Klaus mitgebracht.



Pro Person 2 Kaninchenteile à ca. 150 g, 6 Wacholderbeeren, 3 Knoblauchzehen, 1 Zweig Rosmarinnadeln, 3 Zweige Thymianblättchen, grobes Meersalz, Pfeffer, Paprika, Safran oder Colorante [spanischer Safran-Ersatz - ist nicht so streng wie Safran], 2 EL grober Senf, 5 EL Olivenöl, 1 Gemüsezwiebel, 3-4 Tomaten, 3 frische Lorbeerblätter, ¼ l Rotwein, ½ Becher Sahne

Die Zutaten von Wacholderbeeren bis Colorante im Mörser verreiben, mit Senf und Olivenöl vermischen, die gesäuberten und entsehnten Kaninchenteile gut damit einreiben und ca. 2 Stunden einziehen lassen.
In einem großen feuerfesten Bräter auf dem Herd von allen Seiten scharf anbraten. Klein geschnittene Zwiebeln und Tomaten hinzufügen und ebenfalls mit anbraten. Mit Rotwein nach und nach ablöschen. Bei 180° Ober- und Unterhitze ca. 60 Minuten zugedeckt im Ofen schmoren.
Fleisch herausnehmen und warm stellen. Die Sauce durch ein Sieb geben, auf der Flamme mit der Sahne einkochen und nochmals abschmecken.
Dazu passen Bandnudeln oder Gemüsenudeln [Bandnudeln mit Karotten- und Zucchinistreifen] und Salat.

Kaninchenfilet in Balsamico-Sauce



600 g Kaninchenfilet [4 Stück], etwas Mehl, Butter/Öl-Gemisch zum Braten, 50 g klein geschnittene Zwiebeln, 100 ml Fleischbrühe oder -fond oder Bratenjus, 50 ml Balsamico, 2-4 Salbeiblätter oder 1 Zweig Rosmarin und/oder 2 Blätter frischen Lorbeer, 30 g Butter, kalt in Flöckchen, Salz, Pfeffer

Zwiebelstücke in Öl glasig bis bräunlich andünsten, Kräuter zugeben, mit Balsamico ablöschen [vorsichtig, beißt in den Augen] und bei mittlerer Hitze 10 Minuten schmoren lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sauce durch ein Sieb passieren, Bratenjus zugeben und reduzieren lassen.
Die Filetstücke pfeffern und salzen und leicht in Mehl wälzen. In einer Pfanne mit Olivenöl und Butter etwa 3 Minuten von allen Seiten stark anbraten und in Alufolie warm stellen.
Die Sauce in ein hohes Gefäß umfüllen und zusammen mit der kalten Butter mit einem Stabmixer aufschlagen. Fleisch aus der Folie nehmen, den ausgetretenen Fleischsaft zur Sauce gießen. Diese nochmals abschmecken und als Spiegel auf einen heißen Teller geben, Fleisch darauf garnieren und sofort servieren.
Dazu passen in Butter gebratene Polentaschnitten, Gnocchi, Tagliatelle oder Spätzle und in Butter gedünstete grüne Erbsen.

Variation: Statt der Balsamico-Sauce eine Balsamico-Reduktion aus je 500 ml Rotwein, Balsamico und Kirsch- oder Johannisbeersaft und 5 EL Zucker. Zucker karamellisieren und dann alles dicklich einkochen lassen und um das Fleisch nappieren.

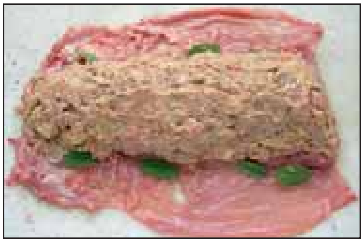
Gefülltes Kaninchen

Viele Stunden Vorbereitungszeit, aber die Mühe lohnt sich!!!



1 küchenfertiges Kaninchen [2 kg] mit Innereien, Salz, Pfeffer, 4-6 Salbeiblätter je nach Größe, 50 g Schalotten, 100 g Butter, 2 Scheiben Toast, 1 Ei, 1 Bund glatte Petersilie, etwas geriebene Muskatmuß, 50 g abgezogene Mandeln, 50 g Karotten, 50 g Sellerie, 100 g Zwiebeln, 1/3 Stange Lauch, 2-3 frische Lorbeerblätter, 6-8 Wacholderbeeren gestoßen, Öl, ¼ l Weißwein, 1 EL Crème fraîche, etwas Speisestärke. Evtl. noch etwas Hackfleisch.







Kaninchen so zerlegen, dass das Rücken/Bauchstück zwischen Kopf und dem letzten Rückenwirbel ganz bleibt, alle Knochen entfernen. Den geputzten Fleischlappen mit dem anhaftenden Rückenfleisch innen salzen, pfeffern und mit kleingehackten Salbeiblättern bestreuen.

Für die **Farce**: Klein gehackte Schalotten in Butter andünsten, in Stücke geschnittene Innereien [Nieren ganz lassen] kurz anbraten und leicht würzen. Von den Schlegeln größere Stücke abschneiden, extra anbraten und würzen. Alles andere Fleisch von den Knochen lösen und zu Hackfleisch verarbeiten, evtl. noch mit weiterem Hackfleisch verlängern; es sollten 200 g sein.
Aus dem Hackfleisch, eingeweichtem und ausgedrückten Toast, dem Ei, gehackter Petersilie und den gedünsteten Schalotten eine Farce bereiten und über das Rückenfleisch auf den Fleischlappen geben. Darauf die kleinen, gewürzten Fleischstücke etwas in die Farce drücken, die angebratenen Innereien und die Mandeln gleichmäßig anordnen.
Die Längsseiten des Fleisches ein wenig überlappend über die Farce klappen, mit Küchengarn zu einer Rolle verschnüren und von außen salzen und pfeffern.

Zerhackte Knochen und klein geschnittenes Gemüse in einer feuerfesten Form kräftig anbraten. Den Rollbraten in einer Pfanne von allen Seiten anbraten, auf das Gemüse setzen und bei 200° ca. 30 Minuten ohne Deckel braten. Nach 20 Minuten mit Wein ablöschen. Die Kaninchenrolle aus dem Fond nehmen und in Alufolie warm stellen.

Den Gemüsefond und die Crème fraîche auf dem Herd ca. 4 Minuten reduzieren lassen, dann durch ein Sieb passieren, evtl. mit Speisestärke binden und abschmecken.

Küchengarn von der Kaninchenrolle entfernen, das Fleisch in Scheiben schneiden und mit Gemüsenudeln [Breite Nudeln mit Karotten- und Zucchinistreifen] oder mit Kartoffelbrei und Spargel anrichten.

Kohl-Rouladen

Die „Krautwickel" wollte ich immer mal für Emilio zubereiten!



1 altbackenes Brötchen, 8-12 große Weißkrautblätter, Salz, 100 g Räucherspeckwürfel, 2 Tomaten, 1 TL Tomatenmark, 500 g gemischtes Hackfleisch, 1 Zwiebel, 1 Ei, Pfeffer, Salz, 250 ml Gemüsebrühe, Olivenöl

Brötchen in warmem Wasser einweichen. Kohlkopf in kochendes Salzwasser geben und nach und nach die weich gewordenen Blätter abschneiden und herausnehmen. Den dicken Mittelstrunk entfernen.
Hackfleisch mischen mit ausgedrücktem Brötchen, Zwiebelwürfeln, Ei und kräftig pfeffern und salzen. Hackmasse auf die Mitte der Kohlblättern setzen, die Strunkseiten übereinanderschlagen, die Seiten einschlagen, aufrollen und evtl. mit Küchengarn festbinden.
Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen, die Speckwürfel darin auslassen. Rouladen einlegen und vorsichtig von allen Seiten anbraten. Brühe angießen, 2 gewürfelte Tomaten und das Tomatenmark zugeben und bei mittlerer Hitze zugedeckt 20 Minuten schmoren lassen. Mit Kartoffelpüree servieren.

Wirsing-Rollhackbraten



Mehrere große Wirsingblätter, 750 g Hackfleisch, 2 Eier, 2 EL Semmelbrösel oder ein altes, eingeweichtes Brötchen, 3 EL Sahne oder Crème légère,
½ TL gemahlener Ingwer, Salz, Pfeffer, etwas Butter
2 kleine Bratwürstchen oder Kaninchenfilet, 50 g Speckwürfel, 1 Zwiebel,
1 EL Butter, 4 EL Weißwein, 1/8 l Crème fraîche oder Légère, evtl. etwas Saucenwürze oder Fleischfond

Die vom Strunk befreiten Wirsingblätter in Salzwasser ca. 5 Minuten blanchieren, kalt abspülen und abtropfen lassen. Aus dem Fleisch, den Bröseln bzw. dem ausgedrückten Brötchen, den Eiern und den Gewürzen einen Fleischteig kneten und pikant abschmecken.
Wirsingblätter so übereinander legen, dass eine größere Fläche entsteht. Etwas salzen, evtl. mit Crème bestreichen und mit der Hälfte der Fleischmasse bestreichen. Bratwürstchen oder das gewürzte Kaninchenfilet separat in Wirsingblätter einwickeln, auf die Fleischmasse in die Mitte legen und mit dem Rest der Masse bedecken. Schön gleichmäßig alles andrücken und mit den restlichen Wirsingblättern gut einpacken.
In einer feuerfesten Form die Speck- und Zwiebelwürfel glasig bis goldbraun werden lassen und mit dem Wein ablöschen. Crème fraîche darunterrühren, evtl. etwas Saucenwürze oder Fleischfond. Den Rollbraten vorsichtig daraufsetzen, mit Crème fraîche bestreichen und zugedeckt [mit Backpapier] in der Mikrowelle bei 600 W ca. 20 Minuten garen und noch einmal 20 Minuten offen mit 180° Heißluft. Ab und zu mit der Sauce begießen oder mit Butterflöckchen belegen.
Oder im Ofen zugedeckt bei 180° 1 ¼ Stunden. Ab und zu mit der Sauce begießen. Der Wirsing sollte nicht austrocknen.
Mit Kartoffeln oder Kartoffelbrei servieren.

Hackfleisch-Leber-Rollbrätchen



1 grobe Bratwurst, 100-150 g gemischtes Hackfleisch, 100 g durchgedrehte Rinderleber, 1 Ei, Salz, Pfeffer, Majoran, Thymian,
1 gehackte Zwiebel, 1-2 Knoblauchzehen, 1-2 EL Semmelbrösel.
2 große Schweine- oder Kalbsschnitzel, Senf, Butterschmalz,
1 Schuß Weißwein, 1 Schuß Sahne, 125 g Champignons oder Austernpilze, 1 kleine Zwiebel, Pfeffer, Salz, Butter, Petersilie

Bratwurstfülle, Hackfleisch, Leber und die anderen Zutaten inkl. Semmelbrösel zu einer Farce verarbeiten. Pikant abschmecken.
Die Schnitzel zwischen Klarsichtfolie flach klopfen, damit eine große Fläche entsteht. Das Fleisch mit Senf bestreichen, pfeffern, salzen und die Farce darauf verteilen. Mit Hilfe der Folie zu einer Rolle formen. Die Enden gut zusammendrehen und die Rolle nochmals mit Hilfe der Folie formen. Mindestens 1 Stunde kühl stellen.
Aus der Folie nehmen, evtl. zusammenbinden und in einer feuerfesten Form in Butterschmalz von allen Seiten anbraten. Im Ofen mit 1 Schuß Wein und 1 Schuß Sahne bei 180° ca. 40-50 Minuten offen fertigbraten. Mindestens einmal wenden.
In der Zwischenzeit die Pilze putzen und evtl. kleiner schneiden. Die Zwiebel klein würfeln und in Butter andünsten, die Pilze dazugeben, anbraten, pfeffern und salzen und bißfest garen.
Das Fleisch in schräge Scheiben schneiden, mit der evtl. reduzierten oder verlängerten Sauce, den Champignons und Bandnudeln servieren.

Finnische Pastete



2 Pakete Blätterteig à 300 g, 1 kg Hackfleisch, 125 g Pilze nach Geschmack, 2-3 Zwiebeln fein gehackt, 2 EL gehackte Petersilie, Butter oder Öl, 2-3 EL Semmelbrösel, 3-4 EL Sahne oder Milch, Salz, Pfeffer,
1 kleine Dose Leberpastete zum Binden

Blätterteig auftauen lassen.
Die klein gehackten Zwiebeln und das Hackfleisch anbräunen, dann die klein gehackten Pilze dazugeben. Würzen und vom Feuer nehmen. Nach Erkalten mit Sahne, Semmelbröseln und Leberpastete vermischen.
Blätterteig zu zwei länglichen Rechtecken ausrollen. Fleischmasse so darauf verteilen, dass man einen ‘Laib’ formen kann, der an allen Stellen von Blätterteig bedeckt ist. Evtl. mit Blätterteigresten verzieren.
Ränder und überlappende Stellen mit Eiermilch bestreichen und gut andrücken. Oberfläche mehrmals einstechen, damit Luft entweichen kann und ebenfalls mit der Eiermilch bestreichen.
Bei 225° Ober- und Unterhitze ca. 20-25 Minuten goldgelb backen.
Dazu saure Sahne oder Schmand und Preiselbeer- oder Kronsbeer-Kompott reichen.

Schwedische Köttbullar

Bei jedem IKEA-Besuch ein Muß! Und jetzt habe ich sie nachgemacht, damit ich nicht immer wieder hin muß, wo ich doch schon eingerichtet bin.



1 mittelgroße Zwiebel, 1 EL Butter, 500 g Rinderhackfleisch, 1 Ei, 2 EL Semmelbrösel, 1 gekochte Kartoffel, 4-5 EL Sahne, 2 EL gehackte Petersilie, Pfeffer, Salz, Butterschmalz, 1 Msp gemahlene Pimentkörner, 1 EL Butter, ¼ l Milch [oder halb Milch, halb Sahne], Preisel- oder Kronsbeerenkompott [Seite 210]

Zwiebel schälen, fein würfeln und in Butter glasig dünsten. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Semmelbrösel mit Sahne vermischt etwas quellen lassen. Dann Rinderhack mit Ei, Semmelbröselmischung, zerquetschter Kartoffel und fein gehackter Petersilie verkneten. Zwiebeln zugeben und mit Pfeffer und Salz würzen. Kleine Hackbällchen formen und in heißem Butterschmalz in der Pfanne kurz von allen Seiten knusprig anbraten. Auf mittlere Temperatur schalten und die Hackbällchen fertigbraten, aus der Pfanne nehmen und warmstellen. Den Bratenfond mit etwas Wasser löschen und durch ein Sieb der Sauce zuführen. Für die Sauce Mehl im Butter hellbraun anschwitzen. Milch nach und nach unter Rühren zufügen und Sauce leicht köcheln lassen. Mit Pfeffer, Salz und Piment würzen. Köttbullar mit der Sauce, Salzkartoffeln oder Pommes Frites oder Rösti und Preiselbeer/Kronsbeerkompott servieren.

Oeser's Gurkensauce

In der Kindheit, als noch sehr gespart werden mußte, ein einfaches, aber leckeres Gericht meiner Mutter, heute ganz leicht aufgepeppt.



500 g Hackfleisch [Rind- oder Halb und Halb], 1 Gemüsezwiebel, 1 Knoblauchzehe, 3 Gewürzgurken à 10 cm Länge, 2 EL Balsamico, 2 EL Mehl, Butterschmalz, ca. ½ - ¾ l Fleisch- oder Gemüsebrühe, 1 Becher Crème fraîche, Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker

Das Hackfleisch in Butterschmalz scharf anbraten. Die Zwiebel und Knoblauch klein würfeln und mit anrösten. Das Mehl zugeben und unter Rühren Farbe annehmen lassen, dann langsam Flüssigkeit zugeben und eine braune Einbrenne entstehen lassen. Salzen und pfeffern.

Die klein gewürfelten Gurkenstückchen und den Balsamico zufügenund alles ca. 10 Minuten köcheln lassen. Crème fraîche unterrühren und nochmals mit einer Prise Zucker abschmecken.
Dazu passen Salzkartoffeln oder Kartoffelpüree.

Lammrücken mit Mandeln mit Zucchinisahne



Pro Person ½ Lammrücken, Salz, Pfeffer, 1 Prise gemahlener Kreuzkümmel, 8 EL Öl, 1 Bund Petersilie, feingehackt, 1 TL Oregano, 1 TL Thymian, 1 TL Rosmarinnadeln, 2 Knoblauchzehen, 100 g gehackte Mandeln, 1 Eigelb, 1 kleine Zwiebel, 1 Zucchini, 2 EL Butter, 150 g Crème fraîche, etwas Gemüsebrühe, MuskatNßnuß, Worcestersauce, Zitronensaft

Das Fleisch sorgfältig von Häutchen und Fettstücken befreien. Mit Salz, Pfeffer und dem Kreuzkümmel einreiben. In einer Grillpfanne in Öl pro Seite 2 Minuten kräftig anbraten. Herausnehmen und in einer feuerfesten Form beiseite stellen. Den Backofen auf 200° vorheizen.
Die Kräuter in den Mixer geben. Den Knoblauch schälen und mit den Mandeln, dem restlichen Öl und dem Eigelb zu den Kräutern geben und alles zu einer homogenen Masse mixen und kräftig würzen. Die Filets mit der Mandelpaste gleichmäßig bestreichen. In der Backofenmitte in etwa 8 Minuten goldgelb überbacken. Im ausgeschalteten Ofen 5-10 Minuten ruhen lassen.
Inzwischen die Zwiebel schälen und fein hacken. Die Zucchini waschen, putzen und fein raspeln. Die Butter erhitzen und Zwiebel und Zucchini darin etwa 5 Minuten dünsten. Mit der Crème fraîche und der Brühe weitere 10 Minuten dünsten. Dann pürieren und mit Salz, Pfeffer, Muskat, Worcestersauce und Zitronensaft abschmecken und evtl. durch ein feines Sieb passieren.
Das Fleisch quer zur Faser aufschneiden und auf der Zucchinisahne auf vorgewärmten Tellern anrichten. Dazu Fladenbrot reichen.

Lammrücken mit Tomaten und Thymian



Pro Person ein Lammrücken à 150 g [ausgelöstes Rückenstück], Salz, frisch gemahlener Pfeffer, 500 g Kirschtomaten, 1 rote Paprikaschote, 1 junge Knoblauchzwiebel, 1 TL brauner Zucker, 2 EL Olivenöl, 3 Stängel Thymian

Die Lammrücken abspülen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer einreiben. Paprika in 3 cm große Würfel schneiden, Kirschtomaten abspülen, ungeschälte Knoblauchzwiebel quer in Scheiben schneiden.
Die Lammrücken in einer Grillpfanne mit etwas Öl scharf anbraten, 4-6 Minuten auf jeder Seite, dann in Alufolie einwickeln und warmstellen. Bratansatz mit etwas Wasser oder Brühe ablöschen.
In der Zwischenzeit Paprikastücke in Öl etwas andünsten, danach Knoblauchscheiben und Tomaten dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zucker bestreuen. Den Bratensatz dazugeben.
Thymian abspülen, trocken schütteln, Blättchen von den Stängeln zupfen und über die Tomaten streuen. Zum Servieren das Fleisch in Scheiben schneiden. Dazu Baguette mit Knoblauchbutter, evtl. leicht gegrillt, reichen.

Lammfleisch mit Spinat [Tunesien]



750 g Lammkeule, 30 g Butterschmalz, 1 Zwiebel, 2-3 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, Muskat, Piment, tunesische Gewürzmischung [Kardamom, Koriander, Kreuzkümmel], 1 Paket TK Blattspinat, 20 g Butter, 2 EL Zitronensaft

Den Spinat in einer Schüssel auftauen lassen. Lammfleisch waschen, trocknen, von Knochen lösen, vom Fett befreien und in 3 cm große Würfel schneiden. Zwiebel klein würfeln und mit zerkleinertem Knoblauch in Öl glasig dünsten. Fleischwürfel portionsweise zugeben und sehr kräftig anbraten. Salzen und pfeffern und nach und nach ¼ l Wasser zugießen, immer wieder einkochen lassen. Tunesische Gewürzmischung zufügen und Fleisch zugedeckt auf milder Hitze ca. 30-40 Minuten gar schmoren.
Den Spinat mit Pfeffer, Salz, Knoblauch, geriebenem Muskat und einer Prise gemörsertem Piment würzen, zu dem Fleisch geben und noch ca. 10 Minuten mitgaren. Pikant mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Dazu Salzkartoffeln, Baguette oder Fladenbrot reichen.

Indisches Lammcurry



2 rote getrocknete Chilischoten oder ½ TL Chiliflocken, 2 Nelken, 1 TL schwarze Pfefferkörner, 10 cm Zimtstange, 1 TL Kreuzkümmelsaat, Körner aus 2-3 Kardamomkapseln, 1 TL schwarze Senfkörner, 3 cm Ingwerwurzel, 4 Knoblauchzehen, 1 Gemüsezwiebel, 3 EL Niter Kebbeh [Seite 211] oder Olivenöl, 2 EL Pflaumenmus, 4 EL weißer Essig [oder statt Mus und Essig 4-6 EL Pflaumenwein oder Tamarindenmark nach Geschmack]. 1 kg Lammfleisch ohne Knochen, Salz, 500 ml Brühe, pro Person 5-6 Kirschtomaten

Die Gewürze in einer Pfanne rösten, bis sie aromatisch zu rauchen beginnen. Etwas abgekühlt in einer Kaffeemühle oder im Blitzhacker fein mahlen. Ingwer schälen und fein reiben. Knoblauch, Zwiebeln schälen, grob in Würfel schneiden, pürieren und mit dem geriebenen Ingwer in einem großen Topf in Öl anbraten, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Je nach Geschmack viel oder wenig Gewürzpulver zugeben, dann Pflaumenmus und Essig bzw. Pflaumenwein oder Tamarindenmark und alles sehr gut miteinander vermengen.
Das Lammfleisch in mittelgroße Würfel schneiden und in einer Pfanne in Öl rundherum scharf anbraten und salzen. Dann zu der Gewürzpaste in den Topf geben und 3 Minuten dünsten. Brühe dazugeben und einmal aufkochen lassen. Bei mittlerer Hitze zugedeckt gut 40 Minuten schmoren. Entweder etwas mehr Brühe angießen, wenn das Curry zu dick ist oder ohne Deckel etwas einkochen lassen, wenn es zu dünn ist. Zur Milderung der Schärfe etwas Sahne oder Joghurt zugeben, mit etwas von der Sauce verrührt, damit es nicht gerinnt. 5 Minuten vor dem Servieren die Tomaten zugeben, offen köcheln lassen und das Lammcurry mit Reis oder Naan-Fladenbrot und Mango-Chutney [Seite 211] servieren.

Lammrücken im Weißwurst-Kräutermantel mit Balsamico-Jus



Pro Person ½ Lammrücken, 500 g Weißwurstbrät = Kalbsbrät [beim Metzger vorbestellen - Weißwürste werden sonst gebrüht] oder - etwas kräftiger im Geschmack - Bratwurstbrät, je 1 Päckchen TK-Italienische Kräuter und Blattpetersilie oder frische Kräuter, 2 EL Weinbrand, Salz, Pfeffer, Olivenöl, etwas Rotwein, Balsamico-Essig oder Balsamico-Creme
Das Fleisch parieren [von allen Häuten befreien], salzen, pfeffern und in Olivenöl rundherum ca. 5 Minuten scharf anbraten. In Alufolie ruhen lassen.
Weißwurst- oder Bratwurstbrät mit sehr klein geschnittenen Kräutern im Häcksler zu einer Farce vermischen, mit Weinbrand abschmecken. Auf ein geöltes Backpapier etwas Farce verteilen, das Fleisch aus der Folie nehmen [Fond aufbewahren] und mit Hilfe des Backpapiers vollständig mit der Kräuterfarce umhüllen. Vorsichtig wie eine Wurst oder ein Bonbon einwickeln, die überstehenden Enden mit Küchengarn gut verschließen und die Rollen im vorgeheizten Backofen bei 150° ca. 16-20 Minuten braten. Vor dem Anschneiden ca. 6 Minuten ruhen lassen.
6-8 EL Balsamico in einem kleinen Topf erhitzen, den Fond mit etwas Fleischbrühe oder Lammfond und 1 Schuß Rotwein dazugeben, evtl. mit Delikatess-Bratensauce aus der Tube abschmecken und alles auf ein Jus reduzieren [siehe auch Seite 68]
Das Fleisch aus der Folie nehmen und in Scheiben schneiden. Auf einem großen Teller mit dem Balsamico-Jus, Bohnen-Bacon-Bündchen und Kartoffelbaumkuchen [Seite 106] oder Kartoffel-Karotten-Gratin [Seite 111] servieren.

Gefüllte Lammkeule



1 kg Lammkeule mit Knochen, 125 g fester Büffelmozzarella oder milder Fetakäse, 50 g Weißbrot oder ½ altes Brötchen, 2 Knoblauchzehen, ½ kleine Zwiebel, je 2-3 Zweige Petersilie und Minze, etwas Thymian und frischer Rosmarin, 2 Sardellenfilets, 1 unbehandelte Zitrone, Salz, Pfeffer

Mozzarella und Brot in kleine Würfel schneiden. Knoblauch, Zwiebel und Kräuter fein hacken. Die Sardellenfilets mit einem Messerrücken fein zerdrücken. Die Zitrone heiß abspülen und die Schale abreiben. Alles in einer Schüssel mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.
Lammkeule entbeinen und das Fleisch mit 3 Längsschnitten so in Knochenrichtung schneiden, dass man es flach ausbreiten kann. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Füllmasse daraufgeben. Dann das Fleisch aufrollen und mit Küchengarn zusammenbinden.
Das Fleisch außen salzen und pfeffern und in 2-3 EL Olivenöl in einer feuerfesten Form auf dem Herd von allen Seiten anbraten. 3 EL Gemüsebrühe dazugeben und offen im heißen Ofen bei 180° ca. 70 Minuten braten. Evtl. mit einem Fleischthermometer prüfen. Das Fleisch sollte innen rosa sein. Vor dem Anschneiden 10 Minuten in Alufolie ruhen lassen. Sauce extra reichen. Dazu Brotsalat [Seite 143] oder Kartoffelbrei reichen.

Griechische Rouladen mit Huhn und Lamm



4 Hähnchenbrustfilets, 250-400 g Lammfleisch aus der Schulter oder Keule, 2 Packung Bacon oder Frühstücksspeck, 100 g Schafskäse, Rosmarin, Thymian, Basilikum, Petersilie, 1-2 Knoblauchzehen, Pfeffer, Salz

Die Hähnchenbrustfilets zwischen Folie plattieren und leicht pfeffern und salzen. Schafskäse klein würfeln, die Kräuter fein hacken, Knoblauch mit grobem Salz zerreiben und alles vermischen. Die Käse-Kräuter-Masse auf die Mitte der Filets verteilen und diese mit Hilfe der Folie zu Rouladen rollen. Das Lammfleisch dünn zu breiten Streifen schneiden, ebenfalls plattieren und um die Rouladen wickeln. Als letztes mit übereinander gelegten Baconstreifen umwickeln. Mit Zahnstochern feststecken oder mit Küchengarn zusammenbinden. Im oder auf dem Grill ca. 25-30 Minuten grillen. Ab und zu wenden. Dazu Baguette und Tsaziki oder Salat, Kartoffelsalat oder griechischen Kartoffelbrei [Seite 106] reichen.

Lammfleisch mit Gemüse gefüllt in Rinderroulade



2 Scheiben Rinder-Rouladenfleisch, 1 kg Lammfleisch aus der Keule, entbeint. 1 Zwiebel, 2 cm frischer geriebener Ingwer, 1 TL gemahlener Koriander.

Füllung: ½ kleine Zucchini, 2 Paprikaschoten, ½ Aubergine, 1 rote Chilischote, 2 Knoblauchzehen, 30 g Korinthen oder Rosinen, Olivenöl.
Gut ½ l Gemüsebrühe

Zwiebel klein hacken und mit den Gewürzen im Mixer zu einer Paste mischen. Das Fleisch innen und rundherum damit einreiben und ca. 2-3 Stunden oder über Nacht ziehen lassen.
Aubergine mit Schale in 1 cm dicke Scheiben schneiden und von beiden Seiten salzen. Nach 10 Minuten abtrocknen und wie auch das andere Gemüse in kleine Würfel schneiden. Korinthen waschen, abtrocknen und klein schneiden. Chilischote entkernen, klein hacken und mit dem klein gehackten Knoblauch in Olivenöl scharf anbraten, aber nicht bräunen. Die Gemüsestücke dazugeben und ca. 5-6 Minuten unter Rühren mitbraten. Zum Schluß die Korinthen unterrühren, abschmecken und die Pfanne vom Feuer nehmen.
Die erkaltete Gemüsefüllung in die Lammfleisch-Taschen geben. Rinderrouladenscheiben etwas plattieren, würzen und etwas übereinander legen. Darauf das Lammfleisch setzen und alles zu einer großen Rolle formen. Mit Küchengarn zusammenbinden oder die überlappenden Enden mit Spießchen feststecken. In heißem Öl von allen Seiten anbraten, nach und nach etwas kalte Gemüsebrühe zugießen und dann zugedeckt ca. 1 ½ Stunden schmoren. Die Roulade herausnehmen und warm halten. Evtl. die Sauce etwas verlängern oder andicken und abschmecken. Das Fleisch in dicke Scheiben schneiden und mit der Sauce, Kartoffelbrei und **Joghurt-Dip** [1 Becher Joghurt, 1 zerdrückte Knoblauchzehe, 150 g Crème fraîche, 2 EL Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Sumak, säuerlich schmeckendes Gewürz aus der türkischen Küche] servieren.

Lammkeule mit Gemüse



1,5 kg Lammfleisch aus der Keule mit Knochen, Olivenöl, Knoblauch, Salz, Pfeffer, Piment, Tunesisches Gewürz, Paprika edelsüß, pro Person 3 kleine Kartoffeln, 1 große Karotte, 10 kleine Schalotten, 1 kleines Glas Rotwein, je 1 Thymian- und Rosmarinzweig

Fleisch mit Gemisch aus Öl, zerdrücktem Knoblauch, Salz, Pfeffer, Piment, Tunesischem Gewürz und Paprika einreiben und ca. 20 Minuten einwirken lassen. In heißem Öl von allen Seiten anbraten, ebenfalls die gehäuteten, aber ganz gelassenen Schalotten. Die Zwiebeln nach Bräunung wieder herausnehmen und beiseite stellen. Den Bratenansatz mit Rotwein und Wasser ablöschen.
Fleisch zugedeckt 60 Minuten bei 110° in den Ofen stellen, dann die geschälten Kartoffeln, Zwiebeln und die geschälte, in ca. 6 cm lange Stücke geschnittene Karotte zugeben und weiterhin offen 50 Minuten braten. Ab und zu mit Fond begießen und das Gemüse umdrehen. Mit einem Fleischthermometer gemessen, soll die Hitze am Knochen 75° haben. Evtl. noch etwas länger garen.
Auf jeden Fall muß der Braten noch 10 Minuten in Alufolie ruhen, ehe man ihn anschneidet. In dieser Ruhezeit kann das Gemüse und die Kartoffeln im Grill noch etwas gebräunt werden. Die abgegossene Sauce einkochen lassen, abschmecken und getrennt servieren. Dazu gebackene Auberginen- und rote Paprikawürfel reichen.

Lamm in vielen Variationen für Seimane, den Algerier

Lamm mit Aprikosen



750 g Lammfleisch aus der Schulter ohne Knochen, 250 g soft getrocknete Aprikosen, 1 Zwiebel, 3 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, tunesisches Gewürz [Kreuzkümmel, Koriander, Knoblauch, Zwiebel, Kumin, Chili, Nanaminze gemahlen], Saft einer ½ Zitrone, ½ Tasse Gemüse- oder Fleischbrühe, 60 g geschälte ganze Mandeln oder Pinienkerne, frische Minzblätter, je nach Jahreszeit einige frische Aprikosen

Wenn die Aprikosen nicht weich sind, in ½ l warmem Wasser mindestens 60 Minuten einweichen. Fleisch in mittelgroße Würfel schneiden, dabei Sehnen und Fett entfernen.
Fleisch portionsweise, damit es nicht zu viel Wasser zieht, im Schmortopf in Niter kebbeh [Seite 211] oder Butterschmalz kräftig anbraten, gewürfelte Zwiebeln und Knoblauch ebenfalls und dann kräftig würzen. Zitronensaft zugeben und evtl. etwas Aprikosen-Einweichwasser. Die halbierten oder geviertelten Aprikosen zufügen und alles zugedeckt auf kleiner Flamme ca. 1 Stunde schmoren. Nach 50 Minuten evtl. die frischen halbierten und entkernten Aprikosen zugeben.
Nach der Garzeit nochmals abschmecken, mit gerösteten Mandeln oder Pinienkernen und in Streifen geschnittenen Pfefferminzblättern bestreuen. Dazu paßt türkisches Fladenbrot und ein Kopfsalat.

Gewürzte Gänsekeulen

Ein abgemagertes Rezept von Tim Mälzer, was leicht zuzubereiten ist, gut gelingt und sehr gut schmeckt!
[Er köchelt in Gänseschmalz!!!]



4 Gänsekeulen à ca. 500 g, 1 Glas Gänsefond, Meersalz, 10 schwarze Pfefferkörner, 2 Sternanis, 1 Stangen Zimt [10 cm Länge], 1-3 getrocknete Chilischoten, 10 Pimentkörner, 3 Kardamomkapseln, 1 EL Koriandersamen, 6 Nelken

Die Gänsekeulen kalt abspülen und trocknen. Anschließend salzen und pfeffern und in Plastikbeutel über Nacht im Kühlschrank einziehen lassen.
Den Fond mit ¼ l Hühnerbrühe mit den Gewürzen in einem Bräter oder feuerfesten Topf erhitzen. Die Gänsekeulen in den Topf geben und aufkochen. Dann den Topf in den vorgeheizten Ofen geben und 3 Stunden bei 130° Ober- und Unterhitze knapp unter dem Siedepunkt offen garen.
Anschließend die Keulen herausnehmen, mit der Haut nach oben in den flachen Bräter-Deckel legen, mit Butter bestreichen und unter starkem Grill ca. 10 Minuten knusprig rösten.
Falls man die Keulen nach der Garzeit erkalten läßt:
Fertigbraten bei Mikrowelle 180 W + 220° Oberhitze 10-13 Minuten bräunen.
Sauce aus Gänsefond und Brühe mit Bratensaft verfeinern und/oder mit Mondamin binden.
Gebratene Kloßscheiben, Apfel-Orangen-Rotkraut und/oder Grünkohl [Seite 146] und die Sauce getrennt dazu servieren oder eine andere Sauce zubereiten:



Cointreau-Sauce

4 EL Cointreau, 4 EL Honig, 10 g frisch geriebener Ingwer, 100 ml Weißwein, 40 g Butter, Salz, weißer Pfeffer
Den Honig mit dem Ingwer karamellisieren lassen. Mit Cointreau und Weißwein ablöschen und aufkochen lassen. Kurz vor dem Servieren mit kalter Butter binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Glühwein-Sauce



Keulen wie oben zubereiten, aber nur 2 Stunden sieden lassen. Auf einen Rost über eine tiefe Fettpfanne legen. 200 ml Glühwein und ¼ l von dem Gänsefond in die Pfanne geben und die Keulen bei 175° ca. 30 Minuten knusprig braten. Ab und zu begießen. Pro Person 1 Apfel waschen, in 2 cm dicke Scheiben schneiden und mit auf den Rost legen.
Flüssigkeit dann in einen Topf umfüllen, einkochen lassen und 400 ml abmessen. Eventuell mit Gänsefond auffüllen. Kurz erhitzen und 2 EL Quitten- oder Johannisbeergelee oder Orangenmarmelade und 1 Schuß Balsamico einrühren. Die Sauce mit Speisestärke binden, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Je 1 Keule, etwas Sauce und die Apfelscheiben mit Rotkohl [Seite 146] anrichten. Dazu rohe oder gekochte Kartoffelklöße und die Sauce reichen.

1 Gänsebrust, 125 ml trockener Rotwein, 2 cl Rum, 3 TL Zucker, 1 Stange Zimt, 3 Nelken, 1-2 Orangen, 125 ml Fond von Ente oder Gans, Salz, Pfeffer, Butter



Den Zucker in einem Topf karamellisieren lassen, den Rotwein aufgießen, Zimtstange, Nelken und die Schale einer halben Orange dazu geben und einige Minuten köcheln lassen. Vom Herd nehmen und den Rum dazugeben.
Die Gänsebrust salzen und pfeffern und mit der Hautseite nach unten auf den Rost eines kleinen Bräters legen. Den Bräter in den kalten Herd stellen und die Temperatur - Ober- und Unterhitze - auf 180 Grad stellen. Nach 1 Stunde das Gänsefett, das sich am Boden des Bräters gesammelt hat, abgießen. Die Gänsebrust von unten mit dem Glühwein beträufeln, dann die Gänsebrust mit der Haut nach oben in den Bräter zurücklegen, wieder auf dem Rost. Den Rest Glühwein in den Bräter geben. Die Temperatur des Herdes auf 120° zurückschalten und 2 Stunden bei dieser Temperatur braten lassen.
Gänsebrüste wiegen zwischen 800 und 1500 Gramm. Zwei Stunden reichen aus bei einer Brust von 800 bis 900 Gramm, wenn sie größer ist, die Bratzeit mit einer Stunde verlängern. Die Brust müsste nach zwei Stunden bzw. drei Stunden bei 130 Grad eine knusprige Haut haben, falls nicht, die Temperatur die letzten 5 Minuten auf 250 Grad stellen oder grillen.
Die Sauce aus dem Bräter abgießen, evtl. noch einmal Gänsefett mit einem Löffel entfernen, zusammen mit dem Gänse- oder Entenfond aufkochen, etwas einkochen lassen und mit eiskalter Butter montieren. Wer Fett sparen will, kann die Sauce auch mit Speisestärke binden.
Das Fleisch vom Knochen lösen und auf der Sauce servieren, dazu passen z.B. Semmelknödel und Backäpfel. Eine kleine Gänsebrust reicht für zwei Personen, eine große für vier.

Entenbrust mit Maronenpüree und Fenchel

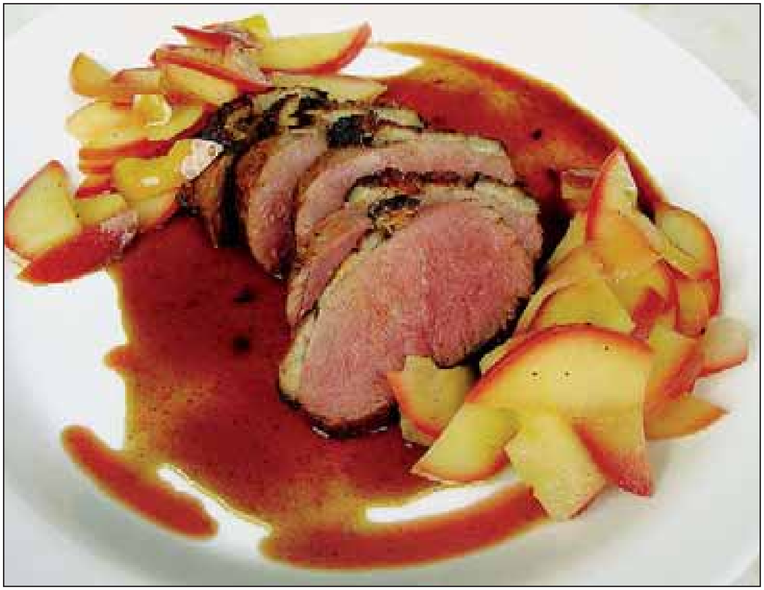
2 Entenbrüste, Pfeffer, Salz, 1 EL Delikatess-Bratensauce aus der Tube, 1 TL Fleischextrakt, 3 EL Rotwein, 2 Fenchelknollen



Ofen auf 200° vorheizen. Die Haut der Entenbrust rautenförmig einschneiden. Kräftig salzen und pfeffern, gut einreiben und in einer mit Öl ausgepinselten Grillpfanne auf der Hautseite ca. 8-10 Minuten bei nicht zu hoher Temperatur anbraten, bis das Fett herausgelaufen und die Haut knusprig ist. Auf der anderen Seite 3-4 Minuten anbraten und dann in einer feuerfesten Form ca. 6-8 Minuten im ausgeschalteten Ofen braten. Danach noch 10 Minuten im Ofen ruhen lassen.
Den geputzten Fenchel in ca. 1 ½ cm dicke Scheiben schneiden und in Salzwasser garen. In der Enten-Grillpfanne leicht anbräunen.
Aus etwas Entenbratfett, Bratensauce, Fleischextrakt, Rotwein, etwas Wasser und dem Entensaft eine kleine Sauce bereiten. Dazu Maronenpüree [Seite 107] reichen.

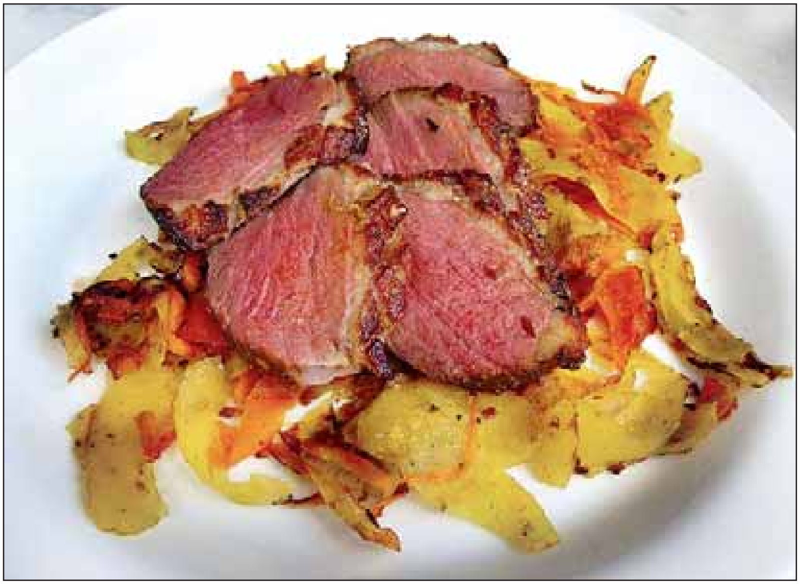
Entenbrust mit Apfelgemüse oder auf Kartoffel-Karottenbett

Pro Person ½ - 1 Entenbrust
Marinade aus Olivenöl, je ½ TL edelsüßer und Rosenpaprika, 1 EL Calvados oder Apfelsaft, 1 EL Sojasauce, Pfeffer, Salz
Apfelgemüse: 4 säuerliche feste Äpfel, Butter oder Butterschmalz, Salz, Pfeffer, 1 Schuß Calvados
Sauce: 5 weiche Dörrpflaumen ohne Kern, 2 Schnapsgläschen chinesischer Pflaumenwein oder Apfelsaft oder 1 Gläschen Calvados, ca. 6 cm Bratensaft aus der Tube, 1 Prise gemahlene Nelken, 1 Prise Zucker, Salz, Pfeffer



Die Haut der Entenbrust rautenförmig einschneiden und über Nacht in der Marinade ziehen lassen. In 1 EL Öl in einer Pfanne zuerst auf der Hautseite ca. 8-10 Minuten bei mittlerer Hitze braten, das Fett wegschütten, auf der anderen Seite ca. 3-4 Minuten, weiter im 100° heißen Ofen offen noch 10-15 Minuten ziehen lassen, dann in Alufolie ca. 6 Minuten warm ruhen lassen.

Den Bratenfond mit ¼ l Wasser ablöschen und in einen kleinen Topf schütten. Dörrpflaumen zusammen mit dem Pflaumenwein [Calvados], dem Bratensaft und den gemahlenen Nelken ca. 5 Minuten köcheln lassen und dann mit den Pflaumen durch ein Sieb streichen. Evtl. etwas einkochen lassen und abschmecken.



Die ungeschälten Äpfel vierteln und in feine Scheiben schneiden. In Butter oder Butterschmalz andünsten, salzen, pfeffern, einen Schuß Calvados dazugeben und zugedeckt ca. 10 Minuten unter gelegentlichem Rühren nicht zu weich dünsten. Dazu paßt Kartoffelpüree oder kleine Rösti.

Variation: Kartoffel und Karotten mit dem Sparschäler in Streifen schneiden und in Butterschmalz knusprig braten. Pfeffern, salzen, evtl. mit Bratkartoffelgewürz oder Knoblauchsalz abschmecken.
Die Entenbrust darauf anrichten.

Entenbrust mit Salat und Beeren



Pro Person ½ Entenbrust, ca. 150 g frisches Beerenobst [Himbeeren, Brombeeren, Blaubeeren], 1 Chicorée, 1 kleiner Radicchio, 1 Beutel fertiger Mischsalat, pro Person 3 Kirschtomaten, ½ rote Paprika, sehr fein gewürfelt, 3-4 EL Orangen- oder Apfelessig, 6 EL Traubenkern- oder sonstiges mildes Öl, Salz, Pfeffer, 1 TL Dijon-Senf, 1 TL Honig, frische Pfefferminze

Die Hautseite der Entenbrust in Rauten einschneiden und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Backofen auf 200° vorheizen.
Entenbrust in einer Grillpfanne in sehr wenig Öl auf der Hautseite ca. 8-10 goldbraun braten, bis das Fett herausgebraten und die Haut knusprig ist. Auf der anderen Seite ca. 4-5 Minuten braten und dann für ca. 8-10 Minuten in den wieder abgeschalteten Ofen geben. Danach die Entenbrust bis zum Anschneiden ca. 10 Minuten in Alufolie ruhen lassen.
Salate gut waschen, abtropfen lassen oder in der Salatschleuder trocknen. Radicchio und Chicorée aufblättern und auf einen großen Teller dekorieren. Den Mischsalat als Bukett darauf setzen, Tomaten und Beeren darauf verteilen.
Entenbrust in ½ cm dicke Scheiben schneiden und vor dem Salat anrichten. Eine Vinaigrette bereiten aus Essig, Öl, Salz, Pfeffer, Senf und Honig und über den Salat nappieren. Mit in Streifen geschnittener Minze dekorieren. Ciabatta dazu reichen.

Entenbrust mit Avocado-Granatapfel-Salat



Pro Person ½ Entenbrust, 1 EL Sojasauce, 1 EL Dijon-Senf, 1 EL Cumberland-sauce, Pfeffer, Salz, 1 Prise Zucker.
2 Avocados, 1 Granatapfel, 100 g dunkle Weintrauben, halbiert und entkernt, je 2 EL Zitronen- und Orangensaft, 1 EL Orangenessig, 3 EL Walnuß- oder Traubenkernöl, Pfeffer, Salz, 2 EL gehackte Pfefferminzblätter oder Kresse oder Zitronenmelisse oder Basilikum.
60 g Walnußkerne, 50 g Zucker, 4 EL Orangenessig, etwas abgeriebene Orangenschale, 100 ml Wasser, 1 TL Thaigewürz, 2 cm Ingwerwurzel, 2 frische Lorbeerblätter.
50 g Zucker karamellisieren, mit Essig und Wasser ablöschen. Nüsse und Gewürze zugeben und ca. 10-15 Minuten köcheln lassen. Abkühlen lassen.
Haut der Entenbrust in Rauten einschneiden. Sojasauce, Senf, Pfeffer, Salz und Zucker vermischen, in das Fleisch einmassieren und 2 Stunden einziehen lassen. Fleisch in 1 EL Öl in einer Pfanne zuerst auf der Hautseite ca. 8 Minuten bei mittlerer Hitze braten, das Fett wegschütten, auf der anderen Seite ca. 4-5 Minuten, dann weiter im 100° heißen Ofen offen noch 12 Minuten in Alufolie ziehen lassen.
Avocados schälen, entkernen und die Hälften in 5-6 mm dicke Scheiben schneiden, die am Stielansatz noch zusammenhängen, auf einem Servierteller auffächern, sofort mit Zitronensaft beträufeln. Orangensaft und -essig mischen, mit Öl tropfenweise zur Creme rühren, die Granatapfelkerne und Weintrauben untermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und über die Avocados verteilen.
Zum Servieren das Fleisch längs [!] in Scheiben schneiden, auf dem Teller anrichten und mit den Walnußkernen garnieren.

Entbeinte und gefüllte Ente

Wirklich viel Arbeit, aber spätestens beim Aufschneiden und Verspeisen hat sich die Mühe gelohnt! Damit kann man Eindruck schinden!

250 g Laugenstangen vom Vortag, 200 g Frühlingszwiebeln, 1 großer Apfel, 1 Bund Majoran, 2 Bund Petersilie glatt, 12 Salbeiblätter, 3 EL Butter, 1 Becher Sahne, 3 Eier, Salz, Pfeffer, Muskat 1 Freilandente ca. 2 kg, 100 ml Cidre, Entenfond, etwas Mondamin





Die Ente auf den Bauch legen und an der Wirbelsäule scharf einschneiden. Das Fleisch durch Schaben, nicht schneiden vorsichtig vom Knochen lösen, ohne dabei die Haut zu verletzen. Das Gerippe vollständig entfernen. Die Keulen- und Flügelknochen vorsichtig auslösen.
Gerippe und Knochen grob zerhacken und mit Butterschmalz in einem großen Topf anbraten. Zwiebeln und klein geschnittenes Suppengrün hinzufügen und ebenfalls mit anbraten. Mit Brühe und Wasser ablöschen, würzen und ca. 1 Stunde köcheln lassen. Dann durch ein Sieb gießen und den Fond für die Sauce bereitstellen. Die entbeinte Ente säubern und mit Küchenpapier trocken tupfen.



Laugenstangen würfeln, Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden, Apfel in Stückchen schneiden, Kräuter feinhacken. Zwiebeln und Apfelstücke in heißer Butter andünsten und mit der Sahne ablöschen. Über die Laugenstangenwürfel geben und ca. 10 Minuten ziehen und erkalten lassen. Eier und Kräuter vorsichtig unterziehen. Die Füllung soll nicht zu matschig werden. Mit Pfeffer, Salz und Muskat abschmecken.

Die Füllung in die Ente geben. Nicht zu viel, damit sie später nicht aufplatzt, wenn sich die Füllung dehnt. Die Ente sorgfältig mit Zahnstochern und Küchengarn schließen, etwas in Form drücken und mit Salz und Pfeffer würzen und mehrmals an den fetten Stellen mit einem Zahnstochern einstechen.

Auf ein Rost über ein großes Bratblech oder in einem großen Bräter legen und im vorgeheizten Backofen bei 175° ca. 1 ½ Stunden braten. Immer wieder etwas Wasser auf das Blech oder den Boden geben. 15 Minuten vor Schluß die Ente 2-3 mal mit kaltem Salzwasser einpinseln und bei 220° knusprig braten.
Die Ente aus dem Ofen nehmen und warm stellen. Saucenansatz in einen Topf abseihen und die Sauce mit Cidre, dem Saucenfond und mit Delikatess-Bratensauce und/oder Fleischextrakt abschmecken und evtl. mit etwas Mondamin binden. Zahnstocher und Küchengarn entfernen.
Die Ente in Scheiben schneiden, mit Rosenkohl mit gebratenen Haselnüssen oder Rotkraut [Seite 146] servieren. Frische Salbeiblätter waschen, trocknen und in etwas Öl fritieren, leicht salzen und auf den Tellern verteilen.



Fischgerichte

Fischcurry



2 Seelachsfilets, 1 Zitrone, 2 Schalotten, Salz, Pfeffer, 2 geh. EL Mehl, 1 EL Butter, 1 Glas Fischfond oder 1 Fischsuppenwürfel, etwas Wasser oder Weißwein, ½ Becher Sahne, Pfeffer, Salz, Curry, Colorante [verlängertes spanisches Safrangewürz], frischer Ingwer, WOK- oder China-Gewürz

Fisch in 3-4 cm große Stücke schneiden, mit Zitronensaft beträufeln und einziehen lassen.
Butter schmelzen, Mehl dazugeben und mit dem Schneebesen glatt rühren, mit etwas Fischfond ablöschen, unter ständigem Rühren einkochen, nach und nach immer wieder kalte Flüssigkeit zugeben und einkochen lassen, bis eine sämige helle Soße ohne Klumpen entsteht. [Falls doch Klumpen entstanden sind, durch ein Sieb passieren]. Mit Sahne, etwas Wein und den Gewürzen, vor allem mit Curry, Colorante, WOK- oder China-Gewürz und Ingwer pikant abschmecken.
Kleingewürfelte Schalotten in Butter andünsten, Weißwein dazugeben, etwas einkochen lassen und dann die Fischwürfel darin ca. 5 Minuten gardünsten. Mit der Soße vermischen und mit Reis und abgetropften Mandarinenfilets servieren.

Zarzuela [Spanischer Fischeintopf]

Ein Potpourri aus Meeresfrüchten und Fischen – von Barbara und Horst hochgelobt.



750 g Fischgemisch [z.B. Seeteufel, Kabeljau, Lachs, Seelachs, Victoriabarsch etc. Fische mit festem Fleisch], 1 Zitrone, 300 g Tintenfisch oder Calamares, 8 rohe Garnelen, evtl. 500 g Muscheln, Olivenöl, 1 Gemüsezwiebel, 2 Scheiben Knoblauch [Knolle zusammenhängend quer aufgeschnitten], 2-3 frische Lorbeerblätter, 4 große Tomaten, Petersilie, 1 Glas trockener Weißwein, 2 EL Anisschnaps [Pernod, Ricard, Ouzo], einige Safranfäden oder Colorante [spanischer Safranersatz], ½ Becher Sahne [Die Zarzuela kann je nach den Zutaten variieren.]

Tomaten häuten und würfeln. Fisch in große Würfel schneiden und mit Zitronensaft beträufeln. Tintenfisch säubern und in Ringe schneiden. Evtl. Muscheln mit wenig Wasser kochen, bis sie offen sind. Geschlossene wegwerfen. Herauslösen, Saft auffangen und durch Filterpapier gießen.
Zwiebeln und Knoblauch in Olivenöl anbraten, Tomatenwürfel dazugeben, dann mit dem Wein und dem Anis ablöschen und ca. 10 Minuten köcheln lassen.
Fischstücke und Meeresfrüchte trocknen, in einer Pfanne in Öl anbräunen, pfeffern, salzen und beiseite stellen. Die Sahne in die Sauce rühren, etwas einkochen und abschmecken. Die Fischstücke, Garnelen und Tintenfischringe in die Sauce geben, vorsichtig unterrühren und ca. 5-8 Minuten auf sehr kleiner Flamme ziehen lassen. Die Knoblauchstücke herausnehmen und zum Schluß die Muscheln und den Muschelfond zufügen. Heiß servieren mit Baguette und einem trockenen Weißwein.

Kartoffeln mit Lachs-Mantel



Pro Person 6-8 kleine Kartoffeln à 20 g [Drillinge], Salz, 300 g Räucherlachs, 1 Gemüsezwiebel, frisch gemahlener Pfeffer, 100 ml Gemüsefond, 4 EL Sahne, 1 Knoblauchzehe, 5 EL Olivenöl, evtl. einige Tropfen Fischsauce [Asia-Laden]

Die Kartoffeln zu Kugeln schälen und in Salzwasser 8-10 Minuten vorgaren. Abgießen und abkühlen lassen. Den Räucherlachs in Streifen schneiden und jeweils einen Streifen um die Kartoffeln wickeln.
Die Zwiebel halbieren und sehr fein hobeln, kurz in Salzwasser blanchieren, abtropfen lassen und in eine gefettete ofenfeste Form legen. Die eingewickelten Kartoffeln dicht nebeneinander auf die Zwiebeln setzen und kräftig pfeffern. Den Gemüsefond und die Sahne zugießen. Die Knoblauchzehe häuten, in der Knoblauchpresse zerdrücken, in das Olivenöl rühren und über die Kartoffeln träufeln. Im vorgeheizten Ofen bei 190° ca. 30-35 Minuten backen. Dazu Kopfsalat oder Römersalat reichen.

Forelle in Morchelrahmsoße



Pro Person 1 frische Forelle, 1 Strauß Blattpetersilie, Butter, Salz, Pfeffer, 50 g getrocknete Morcheln, 1 Becher Sahne, Salz, Pfeffer, evtl. Portwein oder Madeira

Getrocknete Morcheln in lauwarmem Wasser 20 Minuten einweichen. Wasser durch eine Filtertüte gießen, Flüssigkeit aufbewahren. Die Morcheln halbieren, nochmals gut waschen, abtrocknen und in einer großen Pfanne in Butter anbraten. Mit etwas Sahne und dem Einweichwasser ablöschen, einkochen lassen, wiederholen, bis die Soße braun und sämig ist. Mit Salz, Pfeffer und evtl. Portwein/Madeira würzen.
Frische Forellen waschen, vorsichtig abtrocknen, mit Butter und Petersilie füllen, salzen, pfeffern und in gebutterten Backpapierpäckchen [siehe auch Seite 94] 15-18 Minuten im Ofen bei 220° gar dünsten. Aus dem Papier nehmen, mit dem Sud zusammen vorsichtig in die Morchelsoße legen und noch etwas ziehen lassen. Dazu Weißbrot oder Kartoffelpüree reichen und Rucola- oder Feldsalat.

Variation: Statt Forelle kann man auch feine Fischfilets nehmen wie Zander- oder Schollenfilet. Die Filets können direkt in der Soße ca. 5 Minuten garen.

Thunfisch mit Kapern



400 g Thunfischfilet, pro Person 1 Kopfsalatherz, 1 Knoblauchzehe, 80 g Kapern [abgetropft], 2 EL Mehl, Salz, Pfeffer, 2 EL Zitronensaft, Olivenöl, Butter, Ciabatta oder Baguette

Die Kapern auf Küchenpapier abtrocknen und in Mehl wenden, dann in einer heißen Pfanne in Öl anbraten, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
Knoblauch schälen und klein hacken.
Kopfsalatherzen halbieren oder vierteln. Salat und Knoblauch in die Pfanne mit Butter geben, anschwitzen und pfeffern und salzen.
Thunfischfilet in 3-4 cm große Würfel schneiden und etwas mehlieren. In Öl kräftig von allen Seiten ca. 2 Minuten anbraten und mit dem Salat vermischen.
Abschmecken, auf einem Teller anrichten und zum Schluss die Kapern darüberstreuen.
Ciabatta oder Baguette in 1 cm dicke Scheiben schneiden, mit 3 EL Olivenöl beträufeln und im vorgeheizten Ofen bei 200° ca. 6 Minuten goldbraun rösten. Leicht salzen und zum Fisch servieren.

Thunfisch mit Schwarzkümmel-Sesam-Kruste

nach Alfred Biolek, der aber schwarzen Sesam angegeben hat.



Pro Person ca. 150 g Thunfisch, 2 Limetten, 1 grüne Chilischote, 2 EL schwarze Sesamkörner, 3 EL Sesam, 2 Avocados, 50 g saure Sahne, Salz, Pfeffer, 1 EL Wasabi [japanische sehr scharfe Meerrettich-Paste, Asia-Laden], 3 EL Erdnußöl

Limetten gründlich mit heißem Wasser abwaschen, die Schale abreiben, dann 4 EL Saft auspressen. Chili längs halbieren, evtl. entkernen und fein hacken. Avocados halbieren, Kerne entfernen, das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus den Schalen heben, mit einer Gabel zerdrücken, sofort mit Limettensaft, saurer Sahne und der Limettenschale vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Wasabi abschmecken und mit Chili verrühren.

Schwarzkümmel und Sesam auf einem flachen Teller vermischen. Thunfisch-Stücke säubern, leicht salzen, von allen Seiten fest in die Körner drücken, so dass eine Kruste entsteht. Öl erhitzen und den Fisch von beiden Seiten je ca. 1 Minute braten, innen soll er noch roh sein. Mit dem Avocado-Wasabi servieren.

Schollenrollen mit Zwiebeln, Spinat und Kirschtomaten



Pro Person 2 Schollenfilets á 125 g, 1 Gemüsezwiebel, 4 Knoblauchzehen, 4 EL Olivenöl, 100 ml Weißwein, 1 Paket TK-Blattspinat, Salz, 100 ml Sahne, 1 EL Instant-Gemüsebrühe, Pfeffer, Muskatnuss, 75 g Parmesan oder fertiger Reibekäse, 200 g Kirschtomaten, Butter, einige Garnelen

Zwiebel und Knoblauch schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Das Öl in einem Topf erhitzen, die Zwiebeln und 2 Knoblauchzehen darin bei mittlerer Hitze 5 Minuten anschwitzen. Den aufgetauten und ausgedrückten TK-Spinat dazugeben, die Hälfte des Weins angießen und zugedeckt 10 Minuten auf kleiner Flamme dünsten. Abkühlen lassen.
Den Rest des Weins mit der Sahne, 1 EL Instant-Gemüsebrühe, 2 Knoblauchzehenwürfel auf die Hälfte einkochen lassen.
Den abgekühlten Spinat, Parmesan, Salz, Pfeffer und Öl in einer Schüssel gut miteinander verrühren.
Die Schollenfilets mit der Haut nach oben auf die Arbeitsfläche legen. Den Spinat darauf verteilen. Den Fisch aufrollen und mit einem Zahnstocher oder Spießchen feststecken. Die Tomaten halbieren, mit der Schnittseite nach unten in eine feuerfeste Form setzen, die durchgesiebte Sahnesauce darübergeben, Fischröllchen daraufsetzen. Auf jedes Röllchen ein Stückchen Butter geben und im Ofen bei 200° ca. 10 Minuten offen garen. Garnelen mit Knoblauch in Öl anbraten und auf die Filets setzen. Dazu würzige Croutons [Seite 119] reichen.

Schollenröllchen mit Rucola und Austernpilzen



Pro Person 2 Schollenfilets, Saft von ½ Zitrone, Salz, Pfeffer, 1 kleine Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 500 g Austernpilze, 3 EL Butter oder Butterschmalz, 2-3 Spritzer trockener Sherry [Fino] nach Belieben, 3 EL Crème fraîche oder Sahne, 1 Bund Rucola, Salatherzen, pro Person 1 frische Riesengarnele

Die Schollenfilets waschen, trockentupfen, mit etwas Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern.
Die Zwiebel schälen, klein würfeln und in Butter in einer großen Pfanne kurz braten. Die Pilze putzen, kurz abspülen, trockentupfen, klein schneiden und zu den Zwiebeln geben und mit anbraten. Mit dem Sherry ablöschen und fast ganz einkochen lassen. 3 EL Crème fraîche oder Sahne unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Im Mixer zu einer Paste verarbeiten und abkühlen lassen.
Rucola putzen, waschen und abtropfen lassen. Pilzpaste und je 2-4 Blätter Rucola auf der Hautseite der Schollenfilets verteilen. Die Filets aufrollen, mit Spießchen oder Zahnstochern befestigen.
Den Salat waschen, trocknen, in Viertel schneiden und in Butter anbraten. Würzen und in eine feuerfeste Form geben, die Schollenröllchen darauf setzen, etwas Butter zugeben und 10-12 Minuten offen bei 200° im Ofen garen.
Garnelen in Olivenöl mit Knoblauch anbraten und auf die Röllchen garnieren. Mit Baguette oder Reis servieren.

Schollen- oder Zanderfilets mit Rote Bete-Kartoffeln



Pro Person je 1-2 Schollen- oder Zanderfilets, ½ Zitrone, 250 g Garnelen oder Krabben, 1 Bund Bärlauch oder glatte Petersilie, 1 TL feiner Dijon-Senf, 1-2 EL Sahne, Salz, Pfeffer, ½ l Weißwein, 3 Zitronengrasstängel

Die Filets säubern und mit Zitronensaft beträufeln. Bärlauch oder Petersilie sehr klein hacken und die Hälfte davon mit Senf, Sahne, Pfeffer und Salz vermischen und auf die Filets streichen. Einige Garnelen darauf verteilen, zusammenrollen und evtl. mit Zahnstochern feststecken. In einem Wok Salzwasser mit Weißwein und Zitronengras aufkochen. Den Fisch in einen gebutterten Bambuseinsatz oder Dämpf-Einsatz legen und über der leise kochenden Flüssigkeit ca. 6-8 Minuten dämpfen. Die restlichen Garnelen in Butter mit etwas Knoblauch und Salz kurz in der Pfanne braten.
Mit Rote Bete-Kartoffeln [Seite 107] und Bärlauchbutter servieren.

Pangasiusfilet-Ananas-Spieße

Ich schwärme für Pangasius!!! Ich habe den Fisch im Internet entdeckt und freue mich, dass man ihn auch hier Würzburg kaufen kann!



Pro Person 1 Pangasius-Filet [ist meist nur gefroren erhältlich], 1 Limetten, 2 cm Ingwerwurzel, 2 Knoblauchzehen, ½ TL Chilischrot, 1 Prise Zucker, Salz, Pfeffer, Olivenöl-Sesamöl-Gemisch, Grillspieße, 1 frische Ananas, ½ Flasche Exotic-Sauce [Heinz]

Die Filets der Länge nach an der Mittellinie in 2 Stücke schneiden, die Ananas schälen, halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch in lange dünne Streifen schneiden. Limettenschale und -saft, geschälten und geriebenen Ingwer, zerdrückten Knoblauch, Chili, Zucker, Salz und Pfeffer miteinander verrühren, den Fisch damit bestreichen und mindestens 1 Stunde einziehen lassen.
Fisch auf geölte Grillspieße aufziehen, mit Öl-Gemisch bepinseln und auf oder unter dem Grill auf jeder Seite ca. 3-4 Minuten goldbraun grillen. Die Ananasscheiben mit Öl bepinseln und in einer Grillpfanne bräunen.
Dazu einen Salat reichen aus erkaltetem gekochtem Reis, evtl. mit etwas Wildreis, grünen Erbsen, 3 EL Mayonaise, 1 Prise Zucker, 3 EL Orangenessig, Pfeffer, Salz, je 1 Prise Cayennepfeffer, Curry, süßer Paprika.

Zanderfilet in Süßkartoffel-Karottenmantel auf Spinatbett



Pro Person 1 Zanderfilet von ca. 150 g, 2 mittelgroße Süßkartoffeln, 1 Karotte, 1 Paket TK-Blattspinat oder 3-4 Handvoll frischer Spinat, 3 Knoblauchzehen, 1 kleine Zwiebel oder 2 Schalotten, Salz, Pfeffer, Muskatnuß, evtl. 2-3 EL Sahne

Den Spinat auftauen oder frischen gründlich waschen. Zwiebel kleinhacken und mit 1 zerdrückten Knoblauchzehe glasig dünsten. Den Spinat dazugeben und mit etwas Wasser oder Gemüsebrühe gardünsten. Mit Pfeffer, Salz, etwas geriebener Muskatnuß und evtl. 2-3 EL Sahne würzen.
Süßkartoffeln und Karotte schälen und mit dem Spiralschäler [siehe Seite 109] zu ‘Spaghetti’ schneiden, leicht salzen und miteinander vermischen. [Evtl. kann man die Kartoffeln und Karotten auch grob reiben und den Fisch nur auf einer Seite damit belegen].
Zanderfilet waschen, abtrocknen, mit Zitronensaft beträufeln, salzen, pfeffern und mit den ‘Spaghetti’ einwickeln. In einer beschichteten Pfanne in Butterschmalz langsam und vorsichtig auf beiden Seiten knusprig braten. Den Fisch auf dem Spinat servieren.

Zanderfilet im Kartoffelmantel auf Rahmsauerkraut

Auch wenn man's vielleicht nicht glaubt – eine hervorragende Mischung!!!



500 g frisches Sauerkraut oder eine mittelgroße Dose, 1 Zwiebel, Butterschmalz, 100 ml trockener Weißwein oder Sekt, etwas Gemüsebrühe, 1 Becher Sahne, 2 frische Lorbeerblätter, 1-2 ganze Nelken, 5 zerdrückte schwarze Pfefferkörner, Salz, Prise Zucker
pro Person ein Zanderfilet von ca. 150 g, 6 große Kartoffeln, Thymian, Rosmarin, 3 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer

Das Sauerkraut in einem Sieb gut mit Wasser abspülen und ausdrücken, damit die Säure abgemildert wird. Zwiebel in feine Würfel schneiden, in Butterschmalz andünsten, Sauerkraut dazugeben und ca. 10 Minuten schmoren, nicht bräunen. Mit Wein [Sekt] und Gemüsebrühe ablöschen. Die Sahne zugießen und das Sauerkraut mit Lorbeerblättern, Nelken und Pfefferkörnern und 1 Prise Zucker ca. 25 Minuten offen weich kochen. Ab und zu umrühren.

Kartoffeln schälen und mit dem Spiralschäler [siehe Seite 109] zu ‘Spaghetti’ schneiden und leicht salzen. [Evtl. kann man die Kartoffeln auch grob reiben und den Fisch nur auf einer Seite damit belegen]. Zanderfilet waschen, abtrocknen, mit Zitronensaft beträufeln, salzen, pfeffern und mit den Kartoffeln zu einem ‘Päckchen’ einwickeln. In einer beschichteten Pfanne, zusammen mit zerquetschtem Knoblauch, Thymian und Rosmarin in Butterschmalz langsam und vorsichtig auf beiden Seiten knusprig braten. Fisch auf dem noch einmal abgeschmeckten Sauerkraut anrichten.

Jakobsmuscheln mit Trüffeln im Mangoldblatt



Farce: 80-100 g Zanderfilet, 120 g Sahne, Salz, Pfeffer, 6-8 große Mangoldblätter, 1 Gläschen Sommertrüffel, 6 ausgelöste Jakobsmuscheln mit Corail, 1 Schweinenetz [beim Metzger vorbestellen]
Sauce: 150 ml französischer Wermut, 30 ml Trüffelfond von den eingelegten Trüffeln aus dem Glas, 150 ml Sahne, Salz, Pfeffer
Püree: 300 g Hokkaido-Kürbis [alternativ Karotten], 1 Schalotte, 30 g Butter, 50 ml trockener Weißwein, 50 ml Gemüsefond, Salz, Pfeffer, Dill oder Estragon zum Garnieren

Für die **Farce** das leicht angefrorene Zanderfilet mit Salz, Pfeffer und der Sahne mit einem Pürierstab zu einer glatten Masse verarbeiten.

Trüffel aus dem Fond nehmen, in dünne Scheiben hobeln, Fond aufbewahren für die Sauce. Mangold waschen, in Salzwasser 3-4 Minuten blanchieren und die Stiele herausschneiden. Das Schweinenetz wässern, abtrocknen und auf ein Brett oder eine Arbeitsplatte legen. Die Mangoldblätter so nebeneinander und etwas übereinander auf das Netz legen, dass sie ein Rechteck bilden, leicht würzen und dünn mit der Farce bestreichen.
Den Backofen auf 180° vorheizen.
Jakobsmuscheln putzen, abbrausen, abtrocknen, salzen und pfeffern und mit den roten Corail [falls vorhanden] und Trüffelscheiben dicht nebeneinander an die untere Kante der Blätter legen. Mit Hilfe des Netzes alles zu einer Rolle aufwickeln und die Enden festbinden. Das Netz löst sich beim Garen auf. Die Rolle auf Backpapier auf ein Backblech legen und ca. 20 Minuten garen lassen.
Für die **Sauce** Wermut, Trüffelfond und Sahne aufkochen, um ein Drittel einkochen und abschmecken.



Für das **Püree** den Kürbis waschen, entkernen und klein schneiden. Schalotte klein hacken und in der Butter glasig dünsten. Dann die Kürbisstücke dazugeben und mit Wein und Brühe ablöschen. Alles zusammen 10-15 Minuten garen lassen und anschließend mit dem Mixstab pürieren. Man kann auch gut Karotten verwenden, dann ohne Wein kochen und mit etwas Sahne pürieren.
Zum Servieren die fertig gegarte Rolle in schräge Scheiben schneiden und auf dem Teller mit Sauce und dem Püree anrichten. Nach Belieben mit Dill, Petersilie oder Estragon garnieren und mit Reis oder Kartoffelpüree mit Trüffelöl [Seite 109] reichen.

Seezungenfilets „Luis de Soto Ybarra“ [Spanien]

Das hat K. doch sehr bewundert . . .

8 Seezungenfilets [oder Rotzunge], 80 g Butter, 1 Schalotte, 1/8 l trockener, leichter Weißwein, 500 g frischer Blattspinat, 1-2 mittelreife Bananen, 1 ½ EL Weinbrand, ¼ 1 Sahne, 2 Eigelb, 1 kleine Dose schwarze Sommertrüffel, 2 EL geriebener Emmentaler, Muskatnuß, weißer Pfeffer, Salz

Tip: Dieses Gericht der hohen, Escoffier verwandten Küche erfordert Geschick, Präzision und Schnelligkeit - ein lohnendes Objekt für engagierte Hobbyköche! [Deshalb alle Zutaten bereitstellen und gut vorbereiten]



Ofen auf 200° erhitzen.
20 g Butter in einer ofenfesten Form zergehen lassen, darin sehr fein gehackte Schalotte verteilen und glasig werden lassen. Die vorsichtig gesalzenen Seezungenfilets mit der Hautseite nach unten hineinlegen, mit Weißwein aufgießen; schnell erhitzen, jedoch nicht kochen. Mit Alufolie abdecken und in den heißen Ofen stellen. Nach 4 Minuten wieder herausnehmen, auf eine vorgewärmte Platte legen, zudecken und auf die geöffnete Ofentüre stellen. Den Sud zurückbehalten.

Inzwischen den Spinat verlesen und in sprudelnd kochendem Salzwasser nur eben zusammenfallen lassen. Herausnehmen, abtropfen und ausdrücken und in 20 g Butter 3 Minuten dünsten. Mit einer Spur frisch geriebener Muskatnuß, frisch gemahlenem Pfeffer und Salz würzen. Warm halten.
Die Banane schälen, quer und längs halbieren. In 20 g Butter bei guter Hitze in einer Kupferpfanne kurz knusprig braun braten, vorsichtig wenden und nicht zerfallen lassen, mit Weinbrand bespritzen und flambieren. Vom Feuer nehmen, leicht pfeffern und salzen.

Den zurück behaltenen Seezungensud durchseihen und zum Kochen bringen. Vom Feuer nehmen und mit der mit Eigelb verquirlten Sahne legieren. Unter vorsichtigem Erhitzen dicklich abrühren, aber nicht kochen!

Den Spinat in einer gebutterten Form [am besten ist eine flache Glasform] verteilen. Jede Filethälfte mit einer Bananenscheibe belegen und auf dem Spinat anrichten. Alles mit Sauce überziehen, die Seezungen mit hauchdünnen Trüffelscheibchen garnieren und sparsam mit Emmentaler bestreuen. Die restliche Butter in Flöckchen darübergeben und eine Minute unter den heißen Grill stellen. Sofort auftragen.
Reis oder Weißbrot dazu reichen und einen würzigen, trockenen Weißwein.

Wichtig: Alle Zutaten müssen vor dem Grillen schon oder noch heiß sein - grillt man zu lange, gerinnt die Sauce!

Gewürzter Kingklipfisch auf Orange



500 g Kingklipfischfilet [ein sehr fester, sehr würzig schmeckender, grätenfreier Fisch aus Südafrika, ähnlich schmeckend wie Seeteufel. Es gibt ihn aber fast nur gefroren.], ca. 2 EL Seafood-Gewürz der Firma NoMU [aus Südafrika], 3 EL Butterschmalz, 4 Orangen

Den Fisch evtl. auftauen, waschen, abtrocknen, in Portionsstücke schneiden und mit dem Seafood-Gewürz bestreuen, leicht einreiben und ca. 2 Stunden einziehen lassen. In eine gebutterte feuerfeste Form pro Fischstück ca. 5 mm dicke gleich große, in Butter leicht angebratene Orangenscheiben mit Schale legen, etwas salzen und mit Butterflöckchen belegen. Den Backofen auf 140° vorheizen.
Die Fischstücke in Butterschmalz auf beiden Seiten ca. 3-4 Minuten anbraten. In die Form auf die Orangenscheiben legen. Mit dem Saft der Orangenendstücke die Pfanne ausschwenken, dann den Sud über den Fisch gießen und die Form ca. 8-10 Minuten in den Ofen schieben. Dazu Kartoffelpüree mit provençalischem Kräuteröl oder klein geschnittenen Kräutern reichen.

Der Fisch sieht noch leicht glasig aus, ist aber gar und wohlschmeckend.

Seeteufel mit Tomaten, Kapern und Oliven



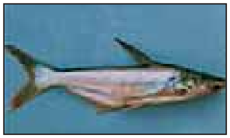
1 kg Seeteufelfilet*, 50 g feste schwarze Oliven ohne Stein, 3 große reife Fleischtomaten, 4 Zweige Rosmarin, 1 Bund glatte Petersilie, 2 Knoblauchzehen, 60 g Kapern mit Flüssigkeit, 1 Zitrone, 5 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer

Den Seeteufel häuten, wenn noch nicht filetiert, vom Mittelknochen lösen. In Medaillons schneiden, kräftig mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen, in Mehl wälzen, überschüssiges abklopfen, in Olivenöl braten und warmstellen.

Die Tomaten häuten, den Saft und die Kerne herausdrücken, das Fleisch klein schneiden und in einer Pfanne oder im Wok mit kleingehacktem Knoblauch, Olivenhälften und den abgegossenen Kapern in Olivenöl dünsten. Rosmarin und die klein gehackte Petersilie darüber geben. Mit Pfeffer, Salz, evtl. noch mit Zitronen- und Kapernsaft abschmecken.
Dazu Baguette oder Fladenbrot reichen.

*oder Thunfisch oder preiswerterer Seelachs. Es sollte auf jeden Fall ein Fisch mit festem Fleisch sein.

Pangasius-Filet an Limettensauce



Pro Person 1 Pangasius- [grätenloser Fisch aus Vietnam, meist nur gefroren erhältlich] oder Welsfilet
Sauce: 1 Limette, 2 Knoblauchzehen, ein Stückchen Palmzucker [Asia-Laden], 1 Prise Chilischrot, 2 Stängel Zitronengras, 1 Glas Fischfond oder 3 EL Nuoc mam [vietnamesische Fischsauce aus dem Asia-Laden] und ½ l Wasser, 1 kleine Dose Kokosmilch [ca. 150 g], 1 Bund frisches Koriandergrün mit Wurzeln [Asia-Laden], Salz, Pfeffer, Curry



Sauce: Von der Limette die abgewaschene Schale abreiben und den Saft ausdrücken. Zerdrückte Zitronengrasstangen, zerdrückte Knoblauchzehen, die Wurzeln des Korianders, Zucker und Fischfond oder Fischsaucen/Wasser-Gemisch und die Kokosmilch zusammen in einer breiten Pfanne oder einem Wok aufkochen und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Abschmecken.
Einen chinesischen Bambus-Dampfeinsatz [Asia-Laden] in den Wok stellen und den leicht mit Pfeffer, Salz und etwas Curry gewürzten Fisch auf den eingeölten Boden oder auf einige Streifen Backpapier nebeneinander legen und ca. 10 Minuten dämpfen.
Zum Servieren die Sauce [evtl. verlängert] durchgesiebt über den Fisch gießen und mit dem frischen gehackten Koriander bestreuen. Dazu Kartoffelpüree oder Reis reichen.

Gebratenes Pangasius-Filet auf Gemüsenudeln

Pro Person 1 Pangasiusfilet [oder auch anderen festen Fisch, siehe oben], etwas Mehl, Pfeffer, Salz, Niter Kebbeh [Seite 211] oder Butterschmalz
250-300 g Bandnudeln oder Fettucine, ½ Kohlrabi, je ½ rote, gelbe und grüne Paprikaschote, 100 g Zuckerschoten, 100 g feine Keniabohnen, 2 Karotten, 1 Handvoll schwarze, kernlose Oliven
Zutaten für die **Sauce** wie oben angegeben.



Sauce wie oben zubereiten, durch ein Sieb gießen und etwas reduzieren lassen.
Die Nudeln in reichlich Salzwasser al dente kochen, abgießen und kurz mit kaltem Wasser abspülen. Gemüse in gleich große Streifen schneiden und in Salzwasser al dente blanchieren, mit kaltem Wasser abschrecken und beiseite stellen. Die Oliven in dünne Scheiben schneiden.
Fisch säubern, trocknen, in gleich große Stücke schneiden, pfeffern, salzen, bemehlen und in reichlich Niter Kebbeh oder Butterschmalz ca. 4-5 Minuten von jeder Seite knusprig braten.
Die Nudeln im Wok in Niter Kebbeh anbraten, das Gemüse und die Oliven untermischen, auf einen Teller geben, den Fisch daraufsetzen und mit der abgeschmeckten Sauce nappieren.

Seeteufel mit weißem und grünem Petersilienpüree



Pro Person 1 Scheibe Seeteufelfilet aus dem Mittelstück à 150-200 g, Pfeffer, Salz, etwas geriebene Limonenschale, 4 EL Olivenöl, etwas geriebener Ingwer, einige Spritzer Fischsauce [Würzsauce aus dem Asia-Laden], 1 Knoblauchzehe, Basilikum, kleingehackt. 250 g Petersilienwurzeln, Gemüsebrühe, Sahne, etwas geriebene Muskatnuß, 1 EL Butter, 3 EL geschlagene Sahne, 2 EL feingehackte glatte Petersilie, 2 EL Olivenöl



Fisch waschen, trocknen, den Rückenknochen entfernen, in einer Mischung aus geriebener Limonenschale, Öl, Ingwer, Basilikum und Fischsauce für ca. 2 Stunden einlegen.
Petersilienwurzeln schälen, in kleine Würfel schneiden und mit Gemüsebrühe, Sahne und Muskat zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten weichkochen. Die Kochbrühe bis auf einen kleinen Rest abgießen [z.B. für Suppe aufheben] und das Gemüse pürieren. In eine Püreehälfte die kleingehackte Petersilie untermixen, in die andere etwas Sahne unterheben.
Den Fisch aus dem Sud nehmen, in Öl in einer Pfanne anbraten, zudecken und ca. 8-10 Minuten bei kleiner Flamme gar ziehen lassen. Den Fisch herausnehmen und auf einem vorgewärmten Teller warm stellen. Zum Fischbratensaft einen guten Schuß Sahne zugeben und schnell einkochen lassen. Abschmecken, über den Fisch geben und die beiden Pürees dazu anrichten. Dazu Brat- oder Röstkartoffeln reichen.

Fisch in Pergament



4 Rotbarschfilets à 180 g, ½ Zitrone, 1 Stange Lauch, 1-2 Karotten, 1 kleine reife Mango ca. 350 g, 6 Frühlingszwiebeln, 8 EL Grapefruit-, Karotten- oder Orangensaft, ½ Bund Koriandergrün, Salz, Pfeffer, Currypulver, Backpapier

Lauch, Frühlingszwiebeln und Karotten waschen und in sehr feine Streifen schneiden. Lauch und Karotten kurz in Salzwasser blanchieren, Frühlingszwiebeln in Butter anbraten. Mango schälen, das Fruchtfleisch in Scheiben vom Stein und anschließend in Streifen schneiden.
Die Fischfilets mit Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern und jeweils ein Filet auf ein ca. 40 x 40 cm großes Stück leicht gebuttertes oder geöltes Backpapier legen. Gemüse- und Mangostreifen auf dem Fisch verteilen und ebenfalls salzen, pfeffern und würzen. Mit dem Saft beträufeln und mit etwas Currypulver bestreuen.
Die Papiere zu kleinen Päckchen verschließen, d. h. Ränder mehrfach einschlagen, zusammenklammern und auf ein Blech geben. Im vorheizten Ofen bei 200° 12-15 Minuten backen.
Am Ende der Garzeit die Päckchen öffnen und den klein gehackten Koriander darauf verteilen. Dazu paßt Kartoffelbrei oder Reis.

2 mittelgroße Stangen Lauch, 250 g Champignons, 100 ml trockener Weißwein, 1 Paket TK-Frutti di Mare [ca. 500 g] oder 200 g frische Calamares, 2 Knoblauchzehen, 200 g gekochte Scampi, 200 g Flußkrebsschwänze, 1 Würfel Krebsbutter, ½ Becher Sahne, Olivenöl



Meeresfrüchte auftauen lassen, Calamares putzen, kurz waschen und in Ringe oder Stücke schneiden.
Lauch putzen und in Ringe schneiden, Champignons putzen und in Stücke schneiden. Beide Gemüse in Butter andünsten, mit Wein ablöschen, 5 Minuten köcheln lassen, dann die Krebsbutter [in 150 ml Wasser aufgelöst] einrühren und unter Rühren aufkochen lassen. Sahne unterrühren und etwas einköcheln lassen.
Frische Calamares kurz in Öl mit zerquetschtem Knoblauch anbraten und leicht salzen und pfeffern. Dann mit den anderen Meeresfrüchten unter die heiße Sauce heben und ca. 5 Minuten ziehen lassen. Mit Salz und Wein abschmecken.
Sehr heiß mit Toatscheiben servieren.

Calamares mit Tomaten

Pro Person ca. 100 g kleine küchenfertige oder gefrorene Calamares [Calamaretti], 1 mittelgroße Zwiebel oder 2-3 Schalotten, 3-4 Knoblauchzehen, 3-4 Tomaten, 2 frische Lorbeerblätter, 1 Handvoll Thaibasilikum- oder glatte Petersilienblätter, Pfeffer, Meersalz, eine Prise gestoßenen Chili, Olivenöl



Die Calamares auftauen bzw. putzen [Zangenmuskel heraustrennen, harte Stellen entfernen, evtl. große Stücke kleiner schneiden]. Zwiebel und Knoblauch klein hacken, Tomaten schälen und in kleine Stücke, Kräuter in feine Streifen schneiden.
Zwiebeln und Knoblauch in Öl glasig braten, die Tomaten dazugeben, würzen und alles etwas einkochen lassen.
In einer anderen Pfanne die Calamares in Öl heiß anbraten, mit Meersalz und Knoblauch würzen und ca. 5-6 Minuten unter Rühren garen. [Sie dürfen nicht zu lang gebraten werden, sonst werden sie hart und gummiartig].
Tomatensoße und Kräuter kurz unterrühren, abschmecken und auf einer heißen Platte mit Baguette oder Reis servieren.

Lachs mit Zitronengrassauce



4 Lachsfilets à 150 g, evtl. Saft ½ Zitrone, Salz, Pfeffer, etwas Mehl, Butterschmalz
Zitronengrassauce: 2-3 Schalotten, 2 EL Butter, 2-3 Stängel Zitronengras, ½ EL Currypulver, 50 ml trockener Weißwein, 200 ml Gemüsebrühe, 4 Limetten- oder Zitronenblätter, 6 EL Sahne, Salz, Pfeffer, Saft einer ½ Zitrone, 4 EL geschlagene Sahne, 1-2 EL Butter

Für die **Sauce** die Schalotten würfeln und in Butter glasig dünsten. Zitronengrasstängel anquetschen und mit dem Currypulver hinzufügen und unter Rühren anschwitzen. Nach ca. 3 Minuten mit Weißwein und Gemüsebrühe ablöschen und etwas einkochen lassen. Die Limettenblätter und die flüssige Sahne dazugeben und mit Salz, Zitronensaft und Pfeffer würzen. Nach ca. 5 bis 7 Minuten durch ein Sieb passieren. Nun zu einer sahnigen Konsistenz einkochen lassen, evtl. mit kalter Butter montieren und unmittelbar vor dem Servieren die geschlagene Sahne unterrühren.
Den Lachs mit etwas Zitronensaft beträufeln, leicht bemehlen und in einer Pfanne in Butterschmalz von beiden Seiten je ca. 3-4 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und an warmer Stelle noch etwas nachziehen lassen.
Dazu Kartoffelbrei oder Reistimbal und ein grünes Gemüse wie in Streifen geschnittene Zuckererbsen, Brokkoli oder grünen Spargel servieren. [Hier wurde noch ein Spießchen mit Garnele und Calamaretti dekoriert.]

Heilbutt mit Jakobsmuscheln



Pro Person 150 g Heilbuttfilet und 1-2 Jakobsmuscheln, 1 Zitrone, 2 Schalotten, 1 Schuß trockener Weißwein, 1 Bund Dill, 2-4 EL Crème fraîche,
2-4 EL Sahne, Pfeffer, Salz

Die Schalotten klein würfeln und mit etwas Wein in der Mikrowelle bei 600 W 2 Minuten dünsten. Den Heilbutt säubern, mit Zitronensaft beträufeln, pfeffern, salzen, in eine feuerfeste Form legen und mit der Crème fraîche bestreichen. Den fein gehackten Dill und die gedünsteten Schalotten darüberstreuen. Mit einem umgedrehten tiefen Teller abgedeckt in der Mikrowelle bei 600 W ca. 6-8 Minuten dünsten.
Die Jakobsmuscheln in Scheiben schneiden, in etwas Olivenöl in einer Pfanne auf jeder Seite 2 Minuten anbraten, pfeffern, salzen, mit der Sahne ablöschen und auf kleiner Flamme etwas durchziehen lassen. Auf dem Heilbutt anrichten.
Dazu **Griechischer Kartoffelbrei** [Seite 106]:
Je nach Personenanzahl Salzkartoffen kochen, abgießen und mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken. 2-5 zerdrückte Knoblauchzehen dazugeben, Saft von ½ -1 Zitrone, Meersalz, Pfeffer und je nach Kartoffelmenge heißes Wasser oder auch erhitzte Sahne und Olivenöl nach und nach zugeben, bis ein lockeres Püree entsteht, das heiß und kalt gegessen werden kann.

Gebratene Jakobsmuscheln mit Cidre-Sahne



3 Schalotten, 2 EL Butter, 1 Knoblauchzehe, 250 ml trockener Cidre, 1 Becher Sahne, weißer Pfeffer, 1 Prise Cayennepfeffer, 1 TL Zitronensaft, pro Person 2-4 Jakobsmuscheln, 1 Handvoll Sauerampfer, Kerbel oder Blattpetersilie, Salz

Schalotten und Knoblauch schälen und fein hacken. In einem Topf in Butter bei schwacher Hitze weichdünsten. Mit Cidre ablöschen und um die Hälfte einkochen lassen. Die Sahne dazugießen und bei schwacher Hitze cremig köcheln. Mit dem Pürierstab durchmixen. Mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und einigen Spritzern Zitronensaft abschmecken.

Die Jakobsmuscheln unter fließendem kalten Wasser abspülen und gut abtrocknen. Den roten Rogensack [Corail] abtrennen und beiseite stellen. Die Muscheln evtl. in der Höhe halbieren und in heißem Butterschmalz ca. 2 Minuten braten. Kräuter waschen, trocken schütteln, in feine Streifen schneiden und mit den Corails in die Sauce geben und darin kurz erwärmen. Dazu paßt Reis und/oder Gemüse.



Variation: Die Jakobsmuscheln mit Bacon umwickeln, in Olivenöl-Buttermischung braten und auf Rucola-Risotto mit enthäuteten Tomatenstückchen und Kräuterbutter oder Gemüsebett z.B. Wirsinggemüse mit Karottenstreifen servieren.

Jakobsmuscheln auf Kräuter-Püree



Pro Person 3-4 Jakobsmuscheln, 500 g Kartoffeln, 1 kleine Zwiebel, je 1 Handvoll Rucola- und Petersilienblätter, pro Person 6 Kirschtomaten, evtl. Koriander-Mojo [gewürzte, grüne Koriandercreme], Salz, Pfeffer, Olivenöl, ½ Tasse Buttermilch oder Milch und etwas Zitronensaft

Kartoffeln schälen, klein schneiden und in Salzwasser 15 Minuten garkochen, abgießen, mit erhitzter Milch zerstampfen, klein gehackte Kräuter untermischen und mit Pfeffer, Salz, Olivenöl oder Butter und Zitronensaft abschmecken.
Die gewaschenen Tomaten kreuzweise einschneiden, Butterflöckchen und Koriander-Mojo in die Schlitze schieben, pfeffern und salzen und im Ofen bei 200° ca. 6 Minuten übergrillen.
Die gewaschenen und abgetrockneten Jakobsmuscheln in einer Grillpfanne in heißem Olivenöl ca. 2 Minuten sehr stark anbraten, bis sie Farbe annehmen, auf die andere Seite wenden, ebenfalls ca. 2-3 Minuten braten, pfeffern, salzen und in einer Muschelschale anrichten. Den entstandenen Tomatenjus mit dem Muschel-Bratansatz vermischen und über die Muscheln nappieren. Die Muscheln auf das Kräuterpüree setzen und die Tomaten darum herum.

Fruchtiges Garnelencurry

Ich merke, Garnelen etc. mögen wir doch sehr gern – ich hoffe, andere lassen sich auch von den Rezepten verführen!



2 Mangos, 2 Päckchen Kapstachelbeeren [Physalis], pro Person 4-6 gekochte Garnelen, 2 rote Zwiebeln, 2 Karotten, 2 EL Niter Kebbeh [Seite 211] oder Olivenöl, 2 EL Currypulver, 400 ml Kokosmilch, ½ Vanillestange, einige Spritzer Tabasco, Salz, Pfeffer, 2 EL Limettensaft

Die Mangos schälen, das Fruchtfleisch vom Stein und in Würfel schneiden. Die Kapstachelbeeren aus der Pergamenthaut lösen, kurz waschen und abtrocknen.
Zwiebeln und Karotten in feine Streifen schneiden und in Niter Kebbeh oder Olivenöl im Wok oder in der Pfanne unter Rühren anbraten. Mit dem Currypulver bestreuen. Mit der Kokosmilch ablöschen und 2 Minuten kochen lassen.

Mangowürfel und Kapstachelbeeren dazugeben. Salzen, pfeffern und mit Limettensaft abschmecken. Garnelen in der Sauce erhitzen und mit Reis servieren.

Variation: Zusätzlich frische Kokosnuß verwenden. Die Milch aus den geöffneten Löchern durch ein Sieb abgießen und für die Soße verwenden. Die harte Schale mit Hammer und Meißel quer aufschlagen, das ausgelöste Kokosfleisch mit dem Sparschäler in Streifen schneiden und auf Backpapier im Ofen bei 210° ca. 5-8 Minuten goldgelb rösten. Das Garnelencurry damit garnieren. Nach Belieben Kokosnuß reiben und in der Soße mit erhitzen.

Curry-Spaghetti mit Garnelen



½ Packung Spaghetti, frische ungekochte oder schon gekochte kleine Garnelen, 1 kleine Zwiebel oder zwei Schalotten, 1 rote Chilischote, 1 Knoblauchzehe, 1 TL Currypulver, Salz, Pfeffer, 2 frische Lorbeerblätter, evtl. frische Korianderbätter, Olivenöl oder indisches Würzöl

Die Spaghetti in reichlich Salzwasser al dente kochen. Abgießen.
Die Garnelen putzen. Die Zwiebel oder Schalotten, die evtl. entkernte Chilischote und den Knoblauch klein würfeln, in Oliven- oder Würzöl glasig bräunen. Currypulver mit anschwitzen. Rohe Garnelen in einer Extrapfanne 3-4 Minuten braten, bis sie rot sind, gekochte nur kurz in der Sauce erwärmen, damit sie nicht hart werden. Die Spaghetti dazugeben und alles gut mischen. Abschmecken, frischen Lorbeer in Streifen schneiden und/ oder gehacktes Koriandergrün darüber streuen.

Crêpes mit Meeresfrüchten



70 g Butter, 150 g Mehl, 3 Eier, Salz, 200 ml Milch, 2 mittelgroße Stangen Lauch, 150 g Champignons, 100 ml trockener Weißwein, 1 Dose Limfjordmuscheln, 100 g gekochte Garnelen, 100 g Flußkrebsschwänze, 1 Würfel Krebsbutter, 2 EL Crème fraîche, Parmesan

Butter zerlassen und abkühlen lassen. Aus Mehl, Eier, Salz, Milch und ca. 60 ccm Wasser einen nicht zu dickflüssigen Teig rühren, die Butter unterrühren und den Teig etwas ruhen lassen. Crêpes backen und warm stellen.
Lauch putzen und in Ringe schneiden, Champignons putzen und in Stücke schneiden. Beide Gemüse in Butter andünsten, mit Wein ablöschen, 5 Minuten köcheln lassen, dann die Krebsbutter [in 150 ccm Wasser aufgelöst] einrühren und unter Rühren aufkochen lassen. Crème fraîche unterrühren und dann vorsichtig die Meeresfrüchte unterheben. Nicht mehr kochen lassen. Mit Salz und Wein abschmecken. Auf die Crêpes verteilen, diese einrollen und in eine gebutterte feuerfeste Form legen, mit Butterflöckchen und geriebenem Parmesan bestreuen und kurz übergrillen.
Variation: Man kann die Crêpes auch mit Fischstückchen statt mit Muscheln füllen oder Tiefkühl-Frutti di Mare verwenden.

Schwarze Spaghetti mit Meeresfrüchten



500 g schwarze Spaghetti [mit Tinte vom Tintenfisch gefärbt und ganz leicht fischigem Geschmack], 200 g Garnelen oder Flußkrebsschwänze, pro Person 3 kleine frische Polpetti [Minitintenfische] oder 2 Calamares, weitere Meeresfrüchte wie Glasaale, Vongole nach Angebot und Geschmack, 1 Schalotte, 2 Knoblauchzehen, 4 EL Sahne, 1 Bund glatte Petersilie, 3 Zweige Basilikum, Olivenöl, Salz, Pfeffer, 50 g Pinienkerne, evtl. 1 Riesengarnele

Petersilie und Basilikum klein schneiden. Schalotte klein würfeln und in einer großen Pfanne in Olivenöl andünsten. Die Tintenfische säubern, evtl. etwas kleiner schneiden und abgetrocknet ca. 1 Minute unter ständigem Rühren bei starker Hitze andünsten. Hitze zurückschalten, klein geschnittenen Knoblauch und Sahne zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Mischung auf kleiner Flamme warm halten. Die Pinienkerne ohne Fett etwas anrösten.

Die Spaghetti al dente kochen, abgießen. Meeresfrüchte aus Packung oder Glas evtl. abgießen und in der Pfanne mit den Polpetti und den Spaghetti vermischen. Abschmecken, mit den Pinienkernen und der Petersilien-Basilikummischung bestreuen und sofort in vorgewärmten Tellern servieren. Evtl. noch mit einer mit Knoblauch, Öl und Meersalz gebratenen Riesengarnele krönen.

Reis mit Flußkrebsfleisch



2 Tassen Basmati-Reis, 1 Zitronengrasstängel, 5-6 Kardamomschoten, 1 Prise Safran, Colorante oder Kurkuma, 1 Becher Sahne, 3-4 frische Tomaten, geschält und gewürfelt, 500 g Flußkrebsschwänze, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, etwas Thymian, 1 Spritzer Tabasco, 1 Schuß Weinbrand, ½ Vanillestange, Salz und Pfeffer, Olivenöl, Oregano, 1 Prise Curry, 2 cm geriebener Ingwer, abgeriebene Orangenschale, 1 Bund Petersilie

4 Tassen Wasser mit Salz, 1 Zitronengrasstange und einigen angedrückten Kardamomschoten aufkochen, den Reis einschütten, umrühren und aufkochen lassen, dann auf ganz kleiner Flamme 20 Minuten zugedeckt garen. Nicht umrühren.
Die Sahne in einem Topf etwas einkochen lassen. Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln und im Wok in Olivenöl ca. 5 Minuten dünsten. Die gewürfelten Tomaten dazugeben und alles leise 5 Minuten köcheln lassen. Das Krebsfleisch kurz unterziehen, den Weinbrand dazugeben, erwärmen, flambieren und mit der Sahne ablöschen. Mit den Gewürzen abschmecken und 3 Minuten ziehen lassen.
Den Reis auf einem vorgewärmten Teller anrichten. Mit etwas Sauce und klein geschnittener Petersilie nappieren und einige Flußkrebsschwänze drum herumlegen.
Oder als Timbal servieren, in gebutterte Espressotassen gedrückt, gestürzt und auf ein Flußkrebsbett gesetzt.
Dazu Feldsalat reichen. Statt Reis passen auch gut Tagliatelle oder Spaghetti.

Scampi du Pacifique



Pro Person 3 frische Scampi [Garnelen], 4 Fleischtomaten, 1 Becher Sahne, Zitrone, Pernod, Ricard oder Ouzo [ca. 40%iger Anisschnaps], Salz, Pfeffer, 1 TL Zucker, ½ TL Dijon-Senf, 1 Msp. Colorante [spanischer Safran-Ersatz], Petersilie, Olivenöl

Scampi schälen und den schwarzen Darm am Rücken entfernen. In heißem Olivenöl kurz anbraten, mit 2-3 EL Anisschnaps flambieren und aus der Pfanne nehmen.
Tomaten häuten, von Kernen befreien, in kleine Stücke schneiden und mit Sahne, Zitrone, Salz, Pfeffer, Zucker, Senf und dem Scampi-Sud zu einer Sauce verarbeiten. Mit einem Schuß Anisschnaps abschmecken, die Scampis dazugeben und in der Soße ca. 5 Minuten ziehen lassen. Ab und zu wenden.
Mit Reistimbal [gemischt mit etwas Wildreis] und klein gehackter Petersilie anrichten.

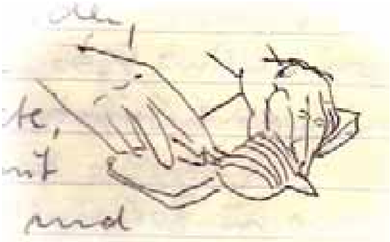
Beilagen



Hasselbackpotatis [Schweden]



Pro Person 3-4 mittelgroße Kartoffeln, 4 EL Butter, 1 TL grobes Salz, 2 EL Semmelbrösel, 100 g geriebener Gouda oder Parmesan



Geschälte, rohe Kartoffeln über einem Brett so in hauchdünne Scheiben schneiden, dass sie unten noch zusammenhängen. In eine gut gefettete, feuerfeste Form mit den Schnittseiten nach oben legen, salzen, mit geschmolzener Butter beträufeln und bei 200° Unter- und Oberhitze je nach Größe ca. 60 Minuten backen. Ab und zu mit flüssiger Butter bepinseln. Semmelbrösel mit Käse mischen, auf die Kartoffeln geben und weitere 5-10 Minuten goldgelb backen.
Paßt gut zu kurz gebratenem Fleisch [Kalb- oder Schweineschnitzel] mit einer kleinen Sauce.

Lorbeerkartoffeln



Pro Person 3-4 gleichmäßig kleine Kartoffeln, 4-5 frische Lorbeerblätter, grobes Meersalz, Olivenöl

Kartoffeln schälen und in Salzwasser mit den Lorbeerblättern ca. 15-18 Minuten kochen, abgießen und abkühlen lassen, damit sich eine Haut bildet.
Mit den Lorbeerblättern in Olivenöl in der Pfanne langsam noch ca. 6 Minuten goldbraun backen.
[Siehe Titel Seite 101]

Variation: Gleiche Menge neue Kartoffeln gut sauber abbürsten, ca. 15 Minuten in Salzwasser kochen, abgießen und abdämpfen lassen. In Viertel schneiden und mit 2-3 Lorbeerblättern, 1 Zweig Rosmarin und 1 angequetschter Knoblauchzehe und grobem Meersalz in Olivenöl knusprig braten. [Foto rechts]

Bayerischer Griebenkuchen oder Kartoffel-Fladenbrot



300 g Mehl, 30 g Hefe oder 1 Pk Trockenhefe, 1 Prise Zucker, knapp 1/8 l lauwarme Milch, 300 g Pellkartoffeln vom Vortag, 2 Eier, Majoran, Kümmel, Salz, Pfeffer, 300 g Speckwürfel, 3 Zwiebeln gewürfelt, Olivenöl

Einen Vorteig aus Mehl, Hefe, Zucker, Salz und etwas Milch rühren und 30 Minuten gehen lassen.
Zu dem Teig dann die durchgedrückten Kartoffeln, die Gewürze und 2 Eier kneten und nochmals 30 Minuten gehen lassen.
Inzwischen die Zwiebeln in etwas Olivenöl glasig dünsten, mit den Speckwürfeln, den zerklöppelten Eiern und den Gewürzen verrühren und abkühlen lassen. Den Teig auf einem Blech ausrollen und mit dem Speck-Eier-Zwiebel-Gemisch gleichmäßig belegen. Nochmals 15-30 Minuten gehen lassen. Bei 210° Unter- und Oberhitze ca. 15-20 Minuten backen.



Variation: Aus dem Teig kann man auch sehr gut Fladenbrote ohne den Speck-Zwiebel-Belag backen.

Aus meiner Kinderzeit im Badischen kommen die Buebespitzle und die Schupfnudeln gibts hier in Franken

Schupfnudeln oder Buebespitzle



400 g kalte Pellkartoffeln vom Vortag, 3 EL Grieß, 4-6 EL Mehl, Salz, Muskat, 1 Ei

Die gepellten Kartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken, mit den weiteren Zutaten verkneten und eine Rolle daraus formen. Die Rolle in gleich große Stücke schneiden und mit bemehlten Händen zu Schupfnudeln rollen.
Nudeln in reichlich siedendem Salzwasser ca. 5 Minuten kochen, bis sie an die Oberfläche steigen. [Zum Kochen halb Wasser, halb Milch nehmen, dann werden die Nudeln schön weich.]
Abtropfen lassen und zum Servieren evtl. in Butter kurz goldbraun braten.
Paßt gut zu Wild oder Braten mit Soße oder auch nur zu Salat.

Variation: Die Schupfnudeln in einer Pfanne goldbraun braten, gekochtes Sauerkraut und ausgebratenen Speck dazugeben und untermengen.

Kartoffelplätzchen zu Braten oder Salat



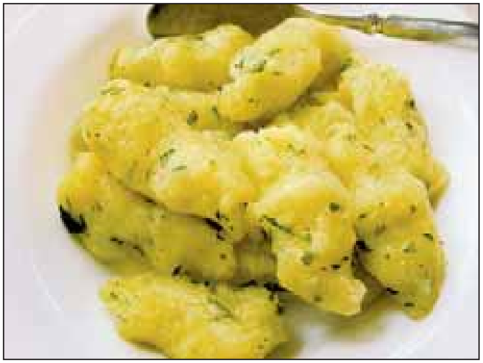
1 kg geschälte, vorwiegend festkochende Kartoffeln, ½ Stange Lauch, 1 kleine Zwiebel, 4 Eier, evtl. 2 EL saure Sahne, Semmelbrösel, 20 g Petersilie, geputzt und gewaschen oder ein Päckchen gefrorene Kräutermischung, 2 Thymianstengel, 1 Rosmarinzweig, Salz, Pfeffer, Muskat nach Geschmack, Butter

Die geschälten Kartoffeln in gleichmäßige Stücke schneiden und in leichtem Salzwasser fast weich kochen. Lauch und Zwiebel klein schneiden und und Butter oder Wasser weich dünsten. Die gewaschenen Kräuter abzupfen und fein hacken.
Die Kartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken. Eier, Sahne, Semmelbrösel und die gehackten Kräuter, Lauch und Zwiebeln zugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und das Ganze gut vermengen. Falls die Masse zu dünn ist, kann man etwas Grieß, weitere Semmelbrösel oder etwas Mehl zugeben. Die Masse sollte aber saftig bleiben. Vom erkalteten Teig kleine 'Buletten' oder Plätzchen formen, evtl. in Semmelbrösel wälzen und in Öl auf beiden Seiten gleichmäßig goldbraun anbraten.
Variation: Ausgelassene Speckwürfel / Käsestückchen / Quark / frische Kräuter wie Petersilie, Schnittlauch untermischen.

Unförmige Erdäpfelrauggn

Kartoffelknödel, in Kärnten bei „Tschebull" geschmeckt. Ich hatte sogar den Jubiläums-Speisezettel von 1979 aufbewahrt!

1 Paket fertiger Knödelteig, je nach Geschmack, 'halb und halb' oder 'gekochte Klöße', fertig gewürfelter Speck, Kräuter nach Belieben wie Petersilie, Kerbel, Bärlauch, evtl. Knoblauch, Salz, Pfeffer



Den Knödelteig nach Vorschrift anrühren, ruhen lassen. Den Speck zwischen Haushaltspapier in der Mikrowelle bei 600 W ca. 3 Minuten knusprig braten, abkühlen lassen, die Kräuter klein schneiden und alles unter den Teig mischen. Mit feuchten Händen längliche Knödel formen, denen man noch die Form der Finger ansieht. In reichlich kochendem Salzwasser ca. 10-12 Minuten gar kochen.
Dazu passen gut Pilze mit Sahnesauce und/oder Salat oder gekochtes Rindfleisch in Sahnemeerrettichsauce.



Variation Kartoffeltaler: Den Knödelteig wie oben zubereiten evtl. auch ohne Speck und Kräuter. Zu einer langen Rolle formen, in gefettetes Backpapier wie ein Bonbon einwickeln und in Salzwasser ca. 20 Minuten ziehen lassen. Aus der Folie holen, etwas abkühlen lassen, in 2 cm dicke Scheiben schneiden und in Butterschmalz von beiden Seiten goldgelb braten. Zu Salat reichen oder auch als Beilage zu Braten mit Soße.

Gebackene Kartoffeln



Pro Person 1-2 sehr große festkochende Kartoffeln, 4 EL Olivenöl oder 2 EL Butterschmalz, 3 Zweige glatte Petersilie, Pfeffer, Salz

Die Kartoffeln waschen, schälen und in möglichst gleichgroße Stücke schneiden bzw. in gleichmäßige rechteckige Formen bringen und in Würfel von 3 cm Kantenlänge schneiden [sieht noch besser aus]. Anschließend in kochendem Salzwasser 6-7 bzw. 4 Minuten blanchieren, abgießen, gut abtropfen und abdampfen lassen.

Öl oder Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Kartoffelwürfel darin bei hoher Hitze unter Schwenken rundherum goldbraun braten. Petersilie hacken, unter die gebratenen Kartoffeln mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Eine Idee von Tim Mälzer, Kartoffeln mal anders zu garen.

Kartoffelsäckchen



1 kg kleine neue Kartoffeln [Drillinge], 4 EL Oliven- oder Würzöl nach Belieben, 2-4 EL Pernod [Anisschnaps] oder 1 TL gemahlener Anis, 4-6 TL grobes Meersalz, 4-6 Knoblauchzehen, 4 frische Lorbeerblätter. Backpapier zum Einpacken, Küchengarn zum Verschließen der Päckchen

Die Kartoffeln sorgfältig abbürsten und mit Öl, Pernod, grobem Meersalz und den Gewürzen in einer Schüssel vermischen. Knoblauch in dünne Scheiben schneiden.
Pro Person ein Backpapierquadrat schneiden. Jeweils 2-4 Kartoffeln zusammen mit einigen Knoblauchscheiben und einem Lorbeerblatt auf das Papier setzen. Das Backpapier zuerst über den Kartoffeln mehrmals falten, dass sich eine dichte „Naht“ bildet. Dabei darauf achten, dass das Papier locker über dem Gargut bleibt! Die Seiten dann mit etwas Abstand zum Gargut wie einen Beutel mit Küchengarn zubinden. Die Kartoffelsäckchen auf einem Backblech im vorgeheizten Backofen bei 220° auf mittlerer Schiene 30-40 Minuten garen.
Die Kartoffeln schmecken sehr gut als Beilage zu Braten oder zusammen mit einer Sauce aus Schmand, Quark, Joghurt, gehackten Kräutern, Pfeffer und Salz. Jedem zum selbst öffnen ein Päckchen servieren.

Variation: Zwiebel- oder Lauchringe als Gemüse dazugeben oder Majoran oder Thymian/Rosmarin oder Kümmel oder frische Petersilie als Gewürz.

Griechischer Kartoffelbrei

Empfelung und Rezept hat Mechtlied Sch. vom Urlaub mitgebracht



Je nach Personenanzahl Salzkartoffeln kochen, abgießen und mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken. 2-5 zerdrückte Knoblauchzehen dazugeben, ½ bis 1 ausgedrückte Zitrone, Meersalz, Pfeffer und je nach Kartoffelmenge heißes Wasser oder auch erhitzte Sahne und Olivenöl nach und nach zugeben und mit dem Schneebesen zu einem lockeren Püree schlagen, das heiß und kalt gegessen werden kann.

Variation: Gekochte heiße, gepellte und durchgedrückte Kartoffeln, gekochte grüne Erbsen, 1 zerdrückte Knoblauchzehe, ½ bis 1 TL Kreuzkümmel gemahlen, 1 TL gemahlenen Anis, 1-2 EL klein geschnittene Pfefferminzblätter, Salz, Pfeffer und heiße Milch mit dem Schneebesen zu einem lockeren Püree schlagen. Gut zu gedünstetem Fisch.

Masala Kartoffelpüree



3 große Kartoffeln, je 1 EL Minze und Koriandergrün, 1 TL Mango-Chutney oder süßsaure Soße, Salz, Pfeffer, je 1 kleine rote und grüne Chilischote mit oder ohne Kerne, 1 EL Butter

Kartoffeln, schälen, in Würfel schneiden und in Salzwasser gar kochen. Abschütten, zerstampfen und mit 100 ml heißer Milch zu Püree rühren. Alle Gewürze zerkleinern, mit der Butter im Mörser zu einer Paste verrühren und diese mit dem Kartoffelpüree vermischen.

Variation: Statt normaler Kartoffeln Süßkartoffeln nehmen [siehe Foto].

Kartoffelbaumkuchen

Das habe ich von meinen Baumkuchenecken abgeleitet!



Kartoffelbrei[rest], dem 1 Eigelb und 1-2 EL Mehl zugemischt wird. Pro Person je 1 feuerfestes Förmchen oder 1 Servierring

Die Förmchen gut ausbuttern. Eine dünne Schicht Kartoffelbrei einfüllen und etwas andrücken. Unter den Grill stellen und ca. 1 Minute goldgelb backen. Herausnehmen, evtl. mit dem Bunsenbrenner der Bräunung nachhelfen, eine zweite dünne Schicht Kartoffelbrei einfüllen, andrücken und wieder kurz grillen. Mindestens 8 dünne Lagen in die Förmchen oder Ringe geben und jede Schicht unter dem Grill bräunen, dann stürzen oder die Ringe nach oben wegziehen und den Kartoffelbaumkuchen zu kurz gebratenem Fleisch oder zu Fisch reichen.

Maronen-Kartoffel-Püree



125 g fertig gekochte Maronen, 4-5 mittelgroße Kartoffeln, 100-150 ml Milch oder Milch-Sahne-Gemisch, Pfeffer, Salz, Muskat

Kartoffel schälen, in Stücke schneiden und in Salzwasser gar kochen. Abkochen und abdampfen lassen. Maronen aus der Packung nehmen und mit der Milch oder Sahne erhitzen. Mit dem Mixstab pürieren. Die Kartoffeln zerstampfen, die Maronenmilch zu den Kartoffeln geben und alles mit dem Schneebesen zu einem lockeren Brei verarbeiten.
Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und zu Wild, Gans oder gebratener Entenbrust reichen.

Rote Bete-Kartoffeln



Pro Person 2-3 kleine mehlig kochende Kartoffeln, 1-2 Rote Bete, 1 Bund Suppengrün, Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, Butter

Die Kartoffeln schälen und im Ganzen in Salzwasser ca. 6-8 Minuten vorkochen. Abgießen und abdampfen lassen.

Rote Bete schälen und in eine große Schüssel grob raspeln. Suppengrün in schmale Stifte schneiden. Alles zusammen durchmischen und mit Pfeffer und Salz würzen. In eine gebutterte feuerfeste Form geben, die Kartoffeln dabei mit dem Gemüse bedecken. Heiße Gemüsebrühe bis zur Hälfte der Kartoffelhöhe einfüllen. Unbedeckt im Ofen bei ca. 180° 30-40 Minuten dämpfen, bis die Kartoffeln gar sind und die Flüssigkeit völlig aufgesaugt wurde. Gelegentlich umrühren, damit die Kartoffeln gleichmäßig rot werden.
Dazu geschlagene, mit Zitronensaft und Salz gewürzte Butter reichen und gedünsteten Fisch oder auch Kurzgebratenes wie Schweine- oder Lammkotelett. Schmeckt sehr gut auch vegetarisch nur mit Bärlauchbutter.

Variation: Statt die Kartoffeln ganz zu verwenden, kann man sie auch in 3 cm große Würfel schneiden und in fertigem Rote Bete-Saft mit einem guten Schuß Karotten- oder Orangensaft, 1 frischen Lorbeerblatt und 3 angedrückten Kardamomkapseln, Pfeffer und Salz ca. 10-12 Minuten garen. Eignet sich als farbenfrohe Beilage zu gebratenem Geflügel oder zu gebratenem oder gedünstetem Fisch.

Kartoffel-Karotten-Püree



3-4 große Karotten, 1 kleine Zwiebel, 300 g Kartoffeln, ca. 150-200 ml Milch, 1 Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer, 80 g Butter

Karotten und Zwiebel schälen, in sehr kleine Würfel schneiden, in Butter andünsten und mit etwas Wasser al dente garen. Die Flüssigkeit sollte fast verdampft sein.
Kartoffeln schälen, etwas kleiner schneiden und zusammen mit der angequetschten Knoblauchzehe in Salzwasser gar kochen. Das Wasser abgießen, Knoblauch entfernen und die Kartoffeln stampfen. Die Butter und so viel von der heiß gemachten Milch dazugeben und mit dem Schneebesen einühren, dass ein glattes, aber nicht zu dünnes Püree entsteht. Die Karottenstückchen mit den Zwiebeln im Ganzen unterheben. Noch einmal abschmecken und heiß servieren.

Variation: Statt Karottenwürfel kann man auch kleine gegarte Brokkoliröschen verwenden

Süßkartoffel-Karottenpüree

Süßkartoffeln schmecken mit entsprechenden Gewürzen sehr gut! Nur wie Kartoffeln gekocht, ist den Knollen nicht viel abzugewinnen.



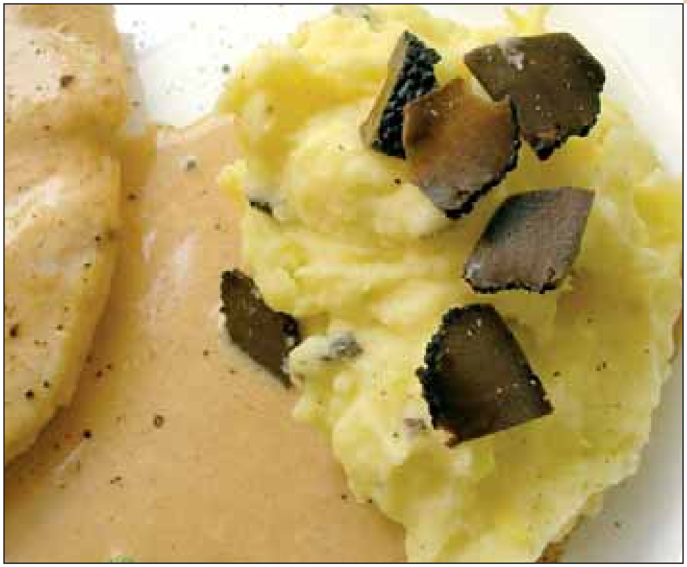
600 g orangefleischige Süßkartoffeln, 350 g Karotten, 1 Gemüsezwiebel, Salz, Pfeffer, 100 g Butter, 2 TL Currypulver, ½ EL Limettensaft, 2 EL saure Sahne

Süßkartoffeln, Karotten und Zwiebel schälen und in gleich große Würfel schneiden. In einem Topf in wenig Salzwasser zum Kochen bringen und in ca. 20 Minuten zugedeckt weich garen.

Die Butter in einem anderen Topf erhitzen. Curry darin unter Rühren kurz anschwitzen und mit dem Limettensaft ablöschen.
Die gegarten Süßkartoffeln, Karotten und Zwiebeln abgießen und zur Butter geben, die saure Sahne unterheben. Mit einem Kartoffelstampfer alles zu einem glatten Püree verarbeiten.
Dazu paßt pikant paniertes und kurz gebratenes Fleisch wie Schweine- oder Kalbs-Schnitzel oder Hühnerbrust.

Getrüffeltes Kartoffelpüree

600 g Kartoffeln, mehlig kochend, 150 ml Milch/Sahne-Gemisch, Salz, Pfeffer, 30 g Trüffelbutter, 1-2 EL Trüffelöl, 1-2 schwarze eingelegte Trüffel



Die Kartoffeln schälen, in Stücke schneiden und in Salzwasser ca. 18 Minuten kochen. Milch und Sahne in einem Topf oder in der Mikrowelle erhitzen und mit Salz, Pfeffer und der Trüffelbutter kräftig würzen.
Die Kartoffeln abgießen, durch die Kartoffelpresse drücken oder zerstampfen und die gewürzte Butter-Milch-Mischung nach und nach mit dem Schneebesen einarbeiten. Weitere Trüffelbutter und Trüffelöl nach Geschmack zugeben, alles glatt rühren und nochmals abschmecken.
In eine vorgewärmte Schüssel geben, Trüffel in dünnen Spänen darüberhobeln und zu gedünstetem Fisch oder Hühnerfrikassee reichen oder zu gebratener Hühnerbrust.

Variation: Statt Trüffelbutter, -öl und Trüffel 1 Handvoll getrocknete Steinpilze fein mahlen, mit der Butter-Milch-Mischung aufkochen und unter die Kartoffelmasse mischen.

Knusprige Kartoffelplätzchen

4-5 mittelgroße Kartoffeln, ½ Zwiebel, etwas süßes Paprikapulver, Salz, Pfeffer, Butterschmalz



Die Kartoffeln schälen, mit einem speziellen Gerät [Lurch Spiral-Schneider] zu ‘Spaghetti’ drehen oder sehr grob raspeln. Mit geschälter und feingeriebener Zwiebel, Pfeffer, Salz und Paprika mischen und in heißem Butterschmalz knusprig ausbacken.



Die Plätzchen passen sehr gut zu kurz gebratenem Fleisch und Fisch mit wenig Sauce.

Waffelkartoffeln

Festkochende mittelgroße Kartoffeln, Fritieröl oder Biskin, Salz

Kartoffeln schälen, mit einem Wellenmesser [spezielles Messer] kreuz und quer in Scheiben schneiden. In kaltem Wasser bis zum Fritieren aufbewahren.
Öl oder Biskin erhitzen und die abgetrockneten Kartoffeln portionsweise fritieren, bis sie goldgelb sind. Auf Haushaltpapier abtropfen lassen und salzen.
Edel zu kurz gebratenem Fleisch.





Reibekuchen vom Blech [kalorienarm!]

600 g Kartoffeln, 1 Zwiebel, 1 Ei, Pfeffer, Salz, Muskat

Kartoffeln schälen, waschen und grob reiben. Zwiebel schälen, ebenfalls reiben und mit den Kartoffeln vermischen. Ei mit der Kartoffelmasse verrühren. Mit Pfeffer und Salz würzen. Backblech mit Backpapier auslegen oder eine feuerfeste Glasform ausfetten und die Reibekuchenmasse gleichmäßig darauf verteilen.

Im vorgeheizten Ofen bei 190° Ober- und Unterhitze auf der mittleren Schiene ca. 30 Minuten backen.
Reibekuchen in Portionen schneiden und zu kurz gebratenem Fleisch oder zu Fisch reichen.



Variation: Als kleines Essen schmeckt der Reibekuchen auch mit Schinkenwürfeln oder klein gehacktem Räucherlachs vermischt und mit Crème fraîche oder Schmand serviert .
Unter den Kartoffelteig kann man noch Karotten oder Zucchini grob raspeln. Evtl. dann Schinken weglassen. Kräftig abschmecken, evtl. mit einem Probereibekuchen.

Kartoffel-Maronen-Tarte



150 g Mehl, 80 g kalte Butter, 1 Ei, Salz, 4 mittelgroße Kartoffeln, 1 EL Butter, 1 Eigelb, frisch geriebener Muskatnuß 200 g Maronen [fertig gegart], 1 EL Butter, 2 EL Kalbsfond

Mehl, Butter, Ei und 1 Prise Salz zu einem glatten Mürbeteig verkneten. 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.
Eine Springform [20-25 cm Ø] buttern, mit Teig auslegen.
25 Minuten bei 160° blind backen. d. h. Boden mit einer Gabel einstechen, mit Backpapier belegen und mit Trockenerbsen beschweren.
Kartoffeln im Ganzen kochen, pellen und heiß durch eine Presse drücken. Mit Eigelb, Salz, Muskat und 1 EL Butter verrühren.
Klein gehackte Maronen in 1 EL Butter anrösten, Fond dazugeben und gut durchschwenken. Zu der Kartoffelmasse geben, alles locker vermengen und auf den vorgebackenen Boden geben.
Bei 130° etwa 25 Minuten im vorgeheizten Ofen backen und heiß zu Reh- oder sonstigem Wildbraten oder Kurzgebratenem servieren.

Kartoffel-Karotten-Gratin



3 große Kartoffeln, 3 große Karotten, 1-2 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, Kräuter nach Belieben, ½ TL zerstoßene Korianderkörner, 1/8 l Sahne, 1/8 l Wasser oder Brühe, Butter

Geschälte Kartoffeln und Karotten in dünne Scheiben schneiden, in einer Schüssel mischen und kräftig würzen.
Eine feuerfeste Form mit Knoblauch, der in Salz zerdrückt wurde, ausreiben, buttern und die Kartoffel- und Möhrenscheiben einschichten. Das Sahne-Wasser-Gemisch darüberschütten.
Kleine Butterflöckchen auf der Oberfläche verteilen.
Im Ofen bei 225° ca. 25-30 Minuten goldbraun backen.

Variation: Sehr gut eignen sich auch folgende Gemüse, mit den Kartoffeln gemischt, für dieses Gratin: Zucchinischeiben, Brokkoliröschen [leicht blanchiert], Zwiebeln, Paprika [evtl. gehäutet], Fenchel, Kohlrabi.

Semmelknödel

Dank Mikrowelle kann man alte Brötchen oder Baguette-Reste schnell und gut verwerten.

Und natürlich denke ich dabei an Karl Valentin!



5 Brötchen vom Vortag oder entsprechende Menge Baguette, 1/8 l heiße Milch, 1 Zwiebel, 20 g Butter, 1 Bund glatte Petersilie, 3 Eier, Pfeffer, Salz, etwas Muskat, frisch gerieben, evtl. 1 EL Semmelbrösel oder Mehl. Evtl. auch ausgelassene Speckwürfel

Brötchen oder Baguettescheiben in Würfel oder Streifen schneiden [Man kann sie auch gut vorher in Butter anbraten - gibt noch mehr Geschmack, aber auch mehr Kalorien] und mit der heißen Milch überbrühen. 10 Minuten einziehen lassen.
Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in Butter glasig dünsten. Petersilie klein hakken. Zusammen mit der Brötchenmasse, den Eiern und den Gewürzen zu einem Teig verarbeiten und abschmecken. Ausquellen lassen. Wenn der Teig zu weich ist, noch etwas Semmelbrösel oder Mehl dazugeben.
Entweder in eine gebutterte Glaskastenform geben, mit Backpapier abdecken und in der Mikrowelle bei 600 W ca. 14 Minuten backen. Zum Servieren mit einem gekreuzten Küchengarn in Scheiben schneiden.
Oder mit nassen Händen Knödel formen und in reichlich kochendes Salzwasser geben, die Hitze herunterschalten und ca. 20 Minuten gar ziehen lassen. Mit der Schöpfkelle herausnehmen und abgetropft sofort servieren. [Die Knödel werden so etwas feuchter.]

Übrig gebliebene Semmelknödel kann man, in Scheiben geschnitten, gut in der Pfanne aufbacken und mit Salat servieren.

Würzige Kartoffelkrapfen



250 g Kartoffeln, 250 g Mehl, 2 Eier, Salz, Pfeffer, je 1 TL Paprika- und Zwiebelpulver, 1 Prise Cayennepfeffer oder etwas Chilipulver, ¼ l lauwarme Milch, davon 2 EL Milch für die Hefe, 10 g Hefe, Öl zum Ausbacken

Kartoffeln am Vortag kochen. 2 EL von der lauwarmen Milch mit der Hefe anrühren. Mehl mit der restlichen lauwarmen Milch glatt rühren. Eier, Salz, Hefe hinzufügen. Zum Schluß die gepellten und grob geriebenen Kartoffeln untermengen und würzig abschmecken. Masse zur Seite stellen und ca. 15 Minuten aufgehen lassen.
Öl in einer Pfanne oder im Wok erhitzen, mit einem EL kleine Teighäufchen nebeneinander in die Pfanne setzen und mit 2 Gabeln auseinanderziehen, so dass sie eine schöne, runde Form bekommen und innen auch gar werden. Sobald sie auf der Unterseite schön goldbraun sind, wenden und von der anderen Seite backen. Im Backofen warmhalten, bis die anderen gebacken sind. Ergibt ca. 30 Stück

Variation: Mit Zucker statt der anderen Gewürze abgeschmeckt, kann man die Krapfen auch als Dessert reichen mit Kompott oder Weinsauce.

Laugenbrezeltörtchen



5 Laugenbrezeln ohne Salz, 100 ml Milch, 3 Eier, 1 Bund glatte Petersilie, 1 kleine Zwiebel, 2 EL Butter, etwas Salz, je 1 Prise weißer Pfeffer und Muskatnuß

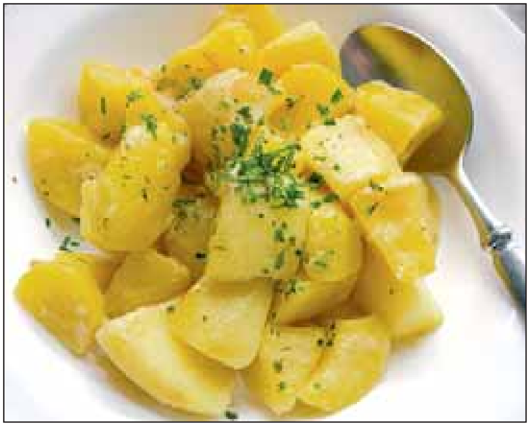
Brezeln in dünne Scheiben schneiden, die Milch aufkochen, heiß über die Brezelstücke gießen und einziehen lassen. Klein gehackte Zwiebel und Petersilie in Butter andünsten, zusammen mit den zerklöppelten Eiern zu der Brezelmasse geben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und vorsichtig vermischen. Die Masse in gefettete feuerfeste Förmchen oder Muffinform geben.
Auf einem Blech im vorgeheizten Ofen bei 180° Ober- und Unterhitze + 180 W Mikrowelle ca. 8 Minuten garen oder bei 160° ca. 25-30 Minuten. Die Törtchen aus der Form stürzen und zu Gulasch oder Wild servieren.



Variation I: Die Törtchen in Scheiben schneiden und in Butter goldgelb braten. [z.B. bei Resten]

Variation II: Statt die Masse in Förmchen zu garen, im rohen Zustand als Küchlein in der Pfanne flach drücken und in Butterschmalz auf beiden Seiten goldgelb ausbacken. Sehr gut schmeckt auch eine Prise Zimt unter den Teig gemischt zu Gans, Ente, Wild etc.

Nordische Sahnekartoffeln



Pro Person 3 kleine oder entsprechende Menge größere Kartoffeln, 1 Schalotte, 50 g Butter, 250 ml Milch, 100 ml Sahne, je nach Geschmack einige Knoblauchzehen in Schale, weißer frisch gemahlener Pfeffer, Salz, Muskat

Kleine Kartoffeln schälen oder größere schälen und möglichst in gleich große Stücke schneiden. Butter in einem Topf schmelzen, die feingehackte Schalotte glasig dünsten. Die Kartoffeln in die Butter geben, kurz durchschwenken. Mit Milch-Sahne-Gemisch aufgießen. Die Kartoffeln dürfen nicht ganz, müssen aber fast bedeckt sein. Salzen. Knoblauchzehen in der Schale dazugeben. Bei geringer Hitze die Kartoffeln mit Deckel langsam in der Milch-Sahne köcheln lassen, bis sie cremig wird und die Kartoffeln weich sind. Am Ende den Deckel weglassen. Das dauert je nach Kartoffelart bis zu 30 Minuten. Sehr vorsichtig kochen und hin und wieder umrühren, damit nichts anbrennt. Mit Pfeffer und Muskat abschmecken.
Die Sahnekartoffeln passen zu allen saucenarmen Gerichten.

Kartoffelnest mit Zwiebeln

Tim Mälzers Idee



Ca. 700 g Kartoffeln, 50 g Butter, Salz, Pfeffer, Knoblauchpulver, ¼-½ Becher Sahne, 1 Gemüsezwiebel, Salz, Pfeffer, 2 EL Niter kebbeh [Seite 211] oder Butterschmalz, 50 ml Rotwein

Kartoffeln schälen und in sehr feine Scheiben hobeln. Eine feuerfeste runde Form inkl. Rand mit Backpapier auslegen. Eine Lage gleich große Kartoffelscheiben ziegelartig im Kreis auf das gebutterte Backpapier auslegen. Leicht pfeffern und salzen und 2 EL Sahne darauf verteilen. Restliche Kartoffeln ebenfalls lose kreisförmig in die Form geben, jede Schicht würzen und mit Sahne beträufeln. Die Form mit Alufolie abdecken und im 200° heißen Ofen 30 Minuten backen. Folie entfernen und weitere 15-20 Minuten backen.
Die Zwiebeln schälen und in sehr feine Streifen schneiden. 2 EL Fett in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze langsam unter häufigem Rühren goldbraun braten und mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Prise Zucker beigeben, karamellisieren, mit dem Rotwein ablöschen und diesen langsam reduzieren.
Mit einem Ausstechring oder einem Glas in der Mitte der Kartoffeltorte ein Loch stechen und die Zwiebeln hineingeben. Danach das Kartoffelnest auf einen Teller stürzen. Evt. noch 5-8 Minuten übergrillen, um etwas Farbe zu bekommen
Variation: Das Loch in der Mitte eignet sich zum Füllen mit verschiedensten Zutaten wie Pilze, Spinat etc. Wenn man es größer aussticht, kann man auch Hackfleisch, Pilze oder gedünstetes Gemüse einfüllen.

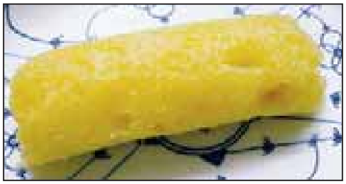
Thüringer Grüne Klöße

Nach meiner Köchin-Oma aus Gera



2 kg mehlig kochende Kartoffeln, Wasser, 100 ml Milch oder Kartoffelkochwasser, Salz, 2 Brötchen, 3 EL Butter oder Butterschmalz

1 ½ kg der geschälten Kartoffeln in eine Schüssel mit viel kaltem Wasser fein bis mittelgrob reiben. Ca. 1 Stunde stehen lassen. Die Kartoffelmasse in ein Leinentuch geben und gut auswringen, bis die Masse trocken ist. Das Wasser stehen lassen, bis sich die Kartoffelstärke abgesetzt hat. Diese Stärke dann zu der trockenen Kartoffelmasse geben.
Die restlichen Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser gar kochen. Abgießen und mit der heißen Milch [die Klöße bleiben heller] oder etwas Kartoffelkochwasser zu dickflüssigem Kartoffelbrei stampfen. Sofort portionsweise unter die geriebene Kartoffelmasse rühren, bis die Masse glasig aussieht und nicht mehr nach rohen Kartoffeln riecht. Die Brötchen in Würfel schneiden und in Butter oder Butterschmalz goldgelb rösten.
Einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die Klöße mit feuchten Händen tennisballgroß oder kleiner formen, in die Mitte einige Brotwürfel geben und in das kochende Wasser einlegen. Hitze zurückschalten und die Klöße 20 Minuten ohne Deckel ziehen lassen. Wenn sie oben schwimmen, sind sie gar.



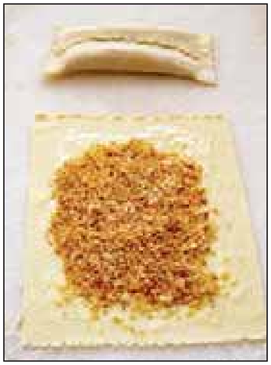
Variation: Den Kloßteig im Ganzen fest in gefettetes Backpapier einwickeln wie ein Bonbon. In kochendes Salzwasser geben, Hitze auf die Hälfte zurückdrehen und die Rolle 20 Minuten köcheln lassen. Aus dem Wasser und aus dem Papier nehmen und etwas abkühlen lassen. Mit Hilfe eines Küchengarns in 2-3 cm dicke Scheiben schneiden und in Butterschmalz goldgelb und knusprig ausbacken. [Siehe auch Seite 104 unten]

Und das sind Vatis Lieblingsklöße zu Kalbsnierenbraten, die Oma und Mutti nur zu festlichen Anlässen gemacht haben, wegen der vielen Arbeit mit dem handgemachten Nudelteig...

Omas thüringische Wickelklöße



250 g Mehl, ½ Teel. Salz, 2-3 Eier, 3-4 EL Wasser, 2-3 geriebene gekochte Kartoffeln, flüssige Butter, in Butter angeröstete Semmelbrösel, leicht gesalzen.



Aus den Zutaten inkl. Kartoffeln eine Nudelmasse kneten mit der Hand oder mit der Nudelmaschine. Den fertigen geschmeidigen Teig in mehrere Stücke teilen und diese mit dem Nudelholz zu großen Teigplatten nudeldick ausrollen oder in der Nudelmaschine zu 'Lasagne' auslassen. Rechtecke von ca. 12x15 cm schneiden, bis auf ca. 2 cm Rand mit der flüssigen Butter bepinseln und mit den Semmelbröseln bestreuen. Die Rechtecke von der schmalen Seite sehr locker aufrollen und die Ränder gut festdrücken. [Wenn zu fest gewickelt wird, kann der Teig innen hart bleiben und nicht gar werden.] In leicht siedendem Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Mit dem Schaumlöffel aus dem Topf holen und in einer Schüssel auf einem umgestülpten Unterteller servieren, damit überschüssiges Wasser ablaufen kann.
Diese Wickelklöße passen hervorragend zu Kalbsnierenbraten [Seite 62] oder sonstigem Braten mit viel Soße, da die Semmelbrösel viel aufsaugen.

Sächsische Wickelklöße

500 g Kartoffeln, 200 g Mehl, 1 TL Backpulver, 200 g durchwachsener Speck oder fertige Speckwürfel, 1 Gemüsezwiebel, 2 Eier, Salz, 2 EL Milch oder Sahne, evtl. Schnittlauchröllchen zum Garnieren, Fleischbrühe



Die Kartoffeln am Vortag nicht ganz gar kochen, dann zur Zubereitung pellen und grob reiben. Mehl, Backpulver, Eier, Milch/Sahne und Salz hinzufügen und alles zu einem geschmeidigen lockeren Teig verkneten. Den Teig auf gut bemehltem Brett ausrollen zu vier Rechtecken von ca. 12x15 cm und 1 cm Dicke.
Zwiebel in Scheiben schneiden und in Butter goldgelb braten. Den Speck evtl. in Würfel schneiden und anbraten, abgießen [das Fett dabei auffangen] und auskühlen lassen. Speck und Zwiebel anschließend auf dem Teig verteilen und das Ganze von der Längsseite her sehr locker aufrollen. Die Fleischbrühe erhitzen, aber nicht kochen. Die Schnittkanten der Klöße gut zusammendrücken, damit die Füllung nicht herausquellen kann. In der Brühe 20 Minuten ziehen lassen. Mit einem Schaumlöffel herausnehmen, abtropfen lassen, in 4 cm dicke Scheiben schneiden und in einen Suppenteller füllen. Mit dem ausgelassenen Speckfett übergossen und zu Salat servieren.

Variation: Etwas Kochbrühe darübergießen und mit Schnittlauchröllchen und Röstzwiebelresten garniert als Eintopf servieren.

Spätzle

ich mag die knubbeligen, ungleichmäßig geschabten Spätzle am liebsten!



300-400 g Mehl, 2 Eier, Wasser, Salz, Muskat. Aus den Zutaten einen dicklichen Teig rühren und gut schlagen. ½ Stunde abgedeckt ruhen lassen. Gut gesalzenes Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Teig in Portionen auf ein nasses Brett geben, flach streichen und mit einem geraden Messer in kleinen Teilen in das kochende Wasser schaben. [Es geht natürlich auch mit einem speziellen Spätzlehobel!]
Kurz aufkochen lassen. Wenn die Spätzle oben schwimmen, mit einem Schöpfsieb aus dem Wasser fischen und in einer Schüssel mit kaltem Wasser abschrecken, damit sie nicht aneinander kleben. Zum Servieren kurz in etwas Butter erhitzen oder richtig knusprig anbraten.



Nudeln

Mit dieser Nudelmaschine habe ich die Wickelklöße [Seite 115] gemacht. Ist auch noch ganz schön viel Handarbeit...

Für 6 Personen oder auf Vorrat: 5 Eier, 500 g Mehl, ½-1 TL Salz

Mehl in eine Schüssel sieben, die aufgeschlagenen Eier dazugeben und mit einer Gabel unter das Mehl mischen. Mit den Händen gut durchkneten, bis sich ein geschmeidiger, zarter Teig bildet. In ein sauberes Handtuch geben und den Teig in 4 Stücke teilen. Den Reglerknopf an der Maschine auf 1 stellen, die Kurbel einhängen und jedes Teigstück durch die vordere Öffnung 4-5 mal durchdrehen, immer wieder leicht mit Mehl bestäuben, damit der Teig nicht anklebt. Jetzt stufenweise den Reglerknopf höher stellen, den Teig durchdrehen, bis man die gewünschte Stärke erhält. Die Teigplatten sollen keine Löcher haben und nicht zu weich sein.

Für die verschiedenen Nudelformen kann man nun die Teigplatten durch eine der hinteren Öffnungen drehen.

Wenn man die Nudeln sofort verwendet, brauchen sie, in viel Salzwasser gekocht, ca. 2 Minuten.
Zum Einfärben des Teigs gibt man z.B. Spinat, Tomatenmark, Rote Bete-Saft etc. dazu [möglichst konzentriert]. Man kann auch beim letzten Durchdrehen des Teigs eine Form eines anders gefärbten Teigs auflegen wie z.B. Buchstaben etc.



Dazu gehört der „Treibstoff der russischen Seele" – ein eiskalter Wodka! Nasdrowje!!!



125 g Weizenmehl [Type 405], 10 g Hefe, 1 Prise Zucker, 125 g Buchweizenmehl, 3 Eier, 1 Prise Salz, ¼ l Milch, Butterschmalz zum Braten und Butter zum Bestreichen

In das Weizenmehl eine kleine Mulde drücken. Hefe mit Zucker und etwas lauwarmer Milch zufügen und darin verrühren. Diesen Vorteig 10 Minuten gehen lassen. Buchweizenmehl mit 1 Ei, Salz und etwas Milch zufügen und gut verrühren. Noch einmal 10 Minuten gehen lassen. Langsam mit der restlichen lauwarmen Milch zu einem glatten Brei verrühren.
Restliche Eier trennen. Eigelbe unterrühren und das steif geschlagene Eiweiß unterheben. In heißem Butterschmalz handtellergroße Pfannkuchen backen, mit Butter bestreichen und warm stellen, bis alle gebacken sind.

Zu gedünstetem Fisch oder zu „Flambiertes Rinderfilet auf russische Art" [Seite 54] servieren.

Variation: 1 Döschen Kaviar oder pro Person zwei Scheiben Räucherlachs, 1 Becher saure Sahne oder Schmand
Den Kaviar oder den Räucherlachs auf den Blinis verteilen und in die Mitte jeweils einen Klecks saure Sahne geben. Evtl. mit Dill verzieren.

Yorkshire-Pudding-Form



200 g Mehl, 4 Eier, 175 ml Milch, evtl. etwas Wasser, Olivenöl, Pfeffer, Salz, etwas geriebener Muskat, etwas Zwiebelpulver oder geriebener Parmesan je nach Füllung

Das Mehl in eine Schüssel sieben, in die Mitte eine Mulde drücken und die Eier hineingeben, salzen und pfeffern. Mit den Quirlen des Handrührgerätes langsam zusammenmixen, dabei nach und nach Milch und Wasser dazugeben. Zu einem glatten, nicht zu dünnflüssigen Teig verarbeiten wie für Eierkuchen und etwas ruhen lassen. Eine Muffinform mit 12 Mulden mit je einem halben EL Öl in jeder Mulde in den auf 230° vorgeheizten Ofen geben. Sehr heiß werden lassen und den Teig rasch ca. 1 cm hoch in die Mulden gießen. Ca. 20 Minuten backen [der Teig wölbt sich an den Wänden hoch], herausnehmen und die Puddings aus der Form lösen.

Variaiton: Oder in einer oder zwei größeren Auflaufformen backen. Ebenfalls mit Öl ausgießen, stark erhitzen und ca. 1-1 ½ cm Teig einfüllen und knusprig backen. Sehr gut zum Füllen geeignet z. B. mit Pilzpfanne [Seite 148], Gemüse oder Gulasch .

Couscous-Röllchen



1 TL Kurkuma oder eine Prise Colorante [spanischer Safran-Ersatz], 1 Stange Zimt, 200 g Couscous, Pfeffer, Salz, 1 EL Olivenöl oder Butter, 4 EL Orangensaft, 2-3 EL eingeweichte Korinthen oder Rosinen, 2 EL Mandelblättchen oder Pinienkerne, ca. 12 mittelgroße Römersalatblätter, 4 EL Weißweinessig, 8 EL Orangensaft, 6 EL Olivenöl, 2 EL Honig, Pfeffer, Salz

200 ml Salzwasser mit Zimt und Kurkuma in einem Topf aufkochen, Couscous unterrühren, vom Herd ziehen und 3 Minuten geschlossen quellen lassen. Mit Pfeffer würzen. Olivenöl oder Butter, Orangensaft, Korinthen oder Rosinen und Mandelblättchen unter den Couscous mischen. Evtl. noch weiter über Wasserdampf ausquellen lassen [Chinesischer Bambusdampfeinsatz oder spezieller Siebaufsatz auf den Kochtopf]. Der Couscous sollte feucht, gar, aber nicht matschig sein. Römersalatblätter waschen und in kochendem Salzwasser 20 Sekunden blanchieren. In eiskaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen oder trocken schleudern. Evtl. noch harte Rippen zwischen sauberem Küchentuch mit dem Fleischklopfer platt drücken. Couscous auf die Mitte der Blätter verteilen, die Ränder einschlagen und die Blätter fest aufrollen.
Weißweinessig, Olivenöl, Orangensaft, Öl, Honig, etwas Salz und Pfeffer miteinander verschlagen und zu den Röllchen servieren.

Eignet sich als Beilage zu Kurzgebratenem oder auch kalt als Vorspeise oder als kleines Abendgericht.

Rotweinzwiebel-Turm



8 rote Zwiebeln, 2 EL braunen Zucker, Salz, Pfeffer, ca. 1 Glas Rotwein, Butterschmalz, Toastbrot

Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. In heißem Butterschmalz anrösten, salzen, pfeffern, Zucker zugeben, karamellisieren und mit den Zwiebeln vermischen. Nach und nach mit Rotwein ablöschen und die Zwiebeln garen. Sie sollten am Schluß keine Flüssigkeit mehr enthalten.

Zum Servieren zwischen gebuttertem, gesalzenem und gegrilltem Toast, evtl. rund ausgestochen als Turm zu kurz gebratenem Fleisch servieren oder auch als kleine Mahlzeit.

Würzige Croutons



1 Ciabatta, 2 Zweige Rosmarin, 1 rote Chilischote, 4 El Olivenöl, Salz, Pfeffer

Das Ciabattabrot in 3-5 cm große Würfel schneiden. Die Chilischote entkernen und fein hacken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Rosmarinnadeln und Chili dazugeben und kurz anschwitzen.
Brotwürfel in die Pfanne geben und unter Schwenken langsam knusprig rösten. Salzen und pfeffern.

Salzige Waffeln



250 g Mehl, 1 ½ TL Backpulver, 100 g geriebener Parmesan, Pfeffer, Salz, 500 ml Buttermilch, 2 Eier, geklärte Butter zum Fetten der Waffeleisen oder Öl

Mehl, Backpulver, Parmesan in einer Schüssel vermischen. Mit Buttermilch zu einem glatten, zähflüssigen Teig verquirlen. Die Eier trennen und das Eigelb zum Teig geben. Das Eiweiß zu Schnee schlagen und vorsichtig unterheben.
Waffeleisen nach Anleitung vorheizen und leicht mit der geklärten Butter oder Öl fetten. Nacheinander 8 bis 10 Waffeln goldbraun backen und im Ofen bei ca. 110° warm halten.
Die Waffeln zu kurzgebratenem Fleisch reichen oder zu Pilzen oder zusammen mit einem Dip [z.B. Crème fraîche mit pürierten TK-Erbsen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abgeschmeckt] als kleines Abendessen.
Variation: Zusätzlich 50 g Röstzwiebeln untermischen oder sehr klein gehackte Oliven oder sehr klein gehackte getrocknete Tomaten oder klein gehackte Kräuter. Der Teig wird etwas pikanter, wenn man statt Buttermilch Bier nimmt.

Popovers [pop-over aus Amerika]



2 Eier, ½ TL Salz, ¼ l Milch, 2 EL zerlassene Butter, 160 g Mehl, evtl. auch mit etwas geriebenem Parmesan, Paprika oder Cayennepfeffer würzen

Die Zutaten zu einem Teig verrühren und gefettete Muffinformen bis zur Hälfte damit füllen. Die Formen auf die unterste Stufe in den **kalten** Backofen schieben und dann die Temperatur auf 220° stellen und 20 Minuten backen. Auf 190° herunterschalten und weitere 15 Minuten backen, bis die Popovers goldgelb sind. Sofort mit einem spitzen Messer einstechen, damit der Dampf entweichen kann.
Anschließend noch 4-5 Minuten im abgeschalteten Ofen ruhen lassen und dann warm als Beilage zum Essen servieren.

Gewürzreis



2 Tassen Basmatireis, 4 Tassen Wasser oder leichte Gemüsebrühe, 1 Prise Safran, 5 Kardamomkapseln, 1 Prise gemahlene Nelken, 5 cm Zimtstange, 3 möglichst frische Lorbeerblätter, in feine Streifen geschnitten, 1 Stange Zitronengras, Salz, Butterschmalz

Den Reis in einem Sieb abbrausen und in einer Schüssel, bedeckt mit kaltem Wasser ca. 30 Minuten quellen lassen.
Die Gewürze trocken in einer Pfanne bei niedriger Flamme rösten, bis sie anfangen zu rauchen und zu duften.
Butterschmalz und den abgegossenen, abgetropften Reis dazugeben und glasig dünsten, mit den vier Tassen Wasser ablöschen, alles aufkochen lassen, würzen, umrühren und dann den Reis zugedeckt ca. 20 Minuten auf ganz kleiner Flamme quellen lassen. Den Deckel nicht öffnen.

Dazu schmecken mit Knoblauch gebratene Garnelen oder kurz gebratene Hühnerwürfel [Siehe unten].

Karotten-Korinthen-Reis

Von Studenten aus Afghanistan – man aß im Stehen und mit den Fingern. [Siehe auch Seite 42]



2 mittelgroße Zwiebeln, 1 Pfund Karotten, 1 Tasse Korinthen, Knoblauch, Niter Kebbeh [Seite 211] oder Butterschmalz, Salz, Pfeffer, je 1 TL gemahlene Nelken und Zimt, 2 TL Garam Masala [indische Gewürzmischung], 1 Tasse Reis, 2 Tassen Hühner- oder Gemüsebrühe

Klein geschnittene Zwiebeln und Knoblauch unter ständigem Rühren in Butterschmalz goldgelb anrösten. In Streifen geschnittene Karotten und trockenen Reis dazugeben und ebenfalls anrösten, bis der Reis braune Stellen bekommt und anfängt, zu knistern. Die entsprechende Menge Flüssigkeit zugeben, die Korinthen, die Gewürze und den Reis ca. 20 Min zugedeckt auf kleiner Flamme garziehen lassen. Jeder kann nach Geschmack noch Garam Masala über das fertige Gericht streuen.
Dazu **Huhn mit Tomaten** [Seite 42] oder



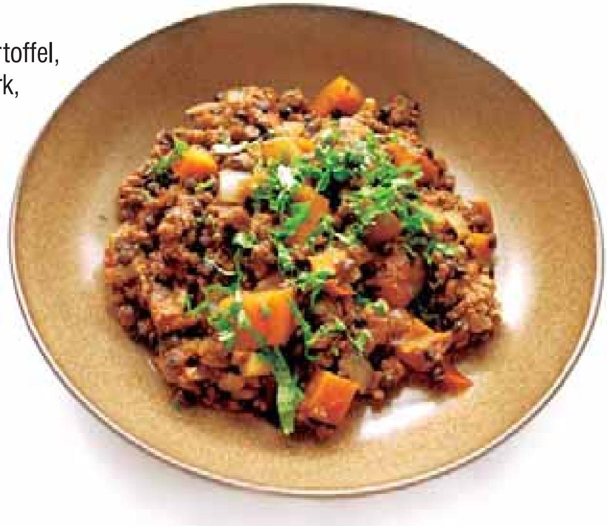
Hühnerwürfel

Brustfilet in Würfel schneiden und 1 Stunde mit Sojasoße, etwas trockenem Sherry, Knoblauch, Salz, Pfeffer, Chinagewürz und 1 EL Mondamin marinieren. Dann die Würfel in Öl rundherum 6-8 Minuten knusprig braten und auf dem Reis servieren
Evtl. 1 kleine Dose abgetropfte Mandarinenspalten dazu reichen.


Eintopf
Auflauf
Wok
Pasta

Brsn

Afrikanisches Linsengericht aus Eritrea – auf dem Würzburger Africa-Festival 'abgeschmeckt'. Essen hatte einen guten Geschmack!!!



1 Tasse schwarze Beluga-Linsen, 250 g Hackfleisch, 1 mittelgroße Süßkartoffel, 1 große Gemüsezwiebel, 2 Knoblauchzehen, 4 Tomaten, 1 EL Tomatenmark, Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Zimt, Prise Zucker, Gewürz „African" von NoMU oder je eine Prise gemahlene Korianderkörner, Chili, Kardamom, Koriander, Nelken, Senfkörner, Bockshornklee, Piment, Muskat, frisches Koriandergrün

Linsen in Salzwasser ca. 30 Minuten kochen, in ein Sieb abschütten, Brühe aufbewahren. Zwiebel klein schneiden und in Öl zusammen mit dem Hackfleisch anbraten, die Süßkartoffel schälen, in kleine Würfel schneiden und ebenfalls mit anrösten. Klein geschnittene Tomatenwürfel, Tomatenmark und Linsenkochbrühe zugeben und zugedeckt ca. 15 Minuten weich dünsten. Aufpassen, dass nichts anbrennt, evtl. noch etwas Wasser zufügen; aber es soll keine Suppe werden, sondern ein Eintopf. Die Süßkartoffelstücke können anschließend evtl. etwas zerdrückt werden. Abschmecken und mit klein geschnittenem Koriandergrün servieren.

Slimanes Couscous

Slimane kocht sich ein Heimatgefühl! Und wir essen auch hier in Europa am Fußboden sitzend mit Löffeln aus einer Schüssel!



500 g Lammfleisch aus der Keule mit Knochen, 1 kleine Zwiebel, 4 Karotten, 1 kleine Zucchini, 1-2 Kartoffeln, 1-2 Knoblauchzehen, 1 Tomate, 1 EL Tomatenmark, 1 kleine Dose Kirchererbsen, 2 Tassen Couscous mittel, 2 EL Korinthen, Salz, Pfeffer, eine Prise Zimt, orientalisches Gewürz [Koriander, Ingwer, Kardamom, Paprika, Kreuzkümmel o.ä.], evtl. ½ TL Harissa [in türkischen Läden], Öl, 1 EL Butter.

Gemüse in große Stücke schneiden. Klein geschnittene Zwiebel in Öl andünsten, Fleisch dazugeben und rundherum anbraten, dann Tomatenmark zugeben und 2 l Wasser oder Gemüsebrühe aufgießen.
Gemüsestücke zugeben und alles ca. 20-30 Minuten auf mittlerer Flamme ohne Deckel kochen lassen.
Couscous in einer Schüssel salzen, mit ½ Tasse Wasser anfeuchten, immer wieder auflockern, am besten mit den Händen und dann ca. 10 Minuten quellen lassen. Korinthen unterheben und in einem Siebeinsatz über der köchelnden Gemüsebrühe ca. 15 Minuten weichdämpfen. Außen zwischen Topf und Siebrand einen angefeuchteten Stoffstreifen binden, damit der Dampf nur nach oben entweichen kann. Den Couscous wieder in die Schüssel geben, die Butter untermischen und noch einmal für 15 Minuten in den Siebeinsatz zurückgeben.
Couscous zum Servieren in eine Schüssel füllen und das Gemüse darüber anrichten. Die Soße extra reichen.

Bei den Tuareg essen immer alle aus einer Schüssel. Jeder löffelt sich eine Kuhle, in die das, von einer mitessenden Person mit den Fingern zerkleinerte Fleisch 'geworfen' wird. Die Soße wird nach und nach in die Kuhlen geschüttet.

Indischer Spinat-Linsen-Eintopf



200 g braune Linsen, 600 ml Wasser, 1 TL Kurkuma, 1 TL Salz, 250 g frischer klein gehackter Blattspinat oder ½ Paket TK-Blattspinat, 3 EL Niter Kebbeh [Seite 211] oder Butterschmalz, 2 cm Ingwerwurzel, 1 kleine Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 1 EL indische Gewürzmischung [Garam Masala], 150 ml Joghurt, 1 EL Zitronensaft, 1 Prise Zucker

Spinat auftauen lassen. Die Linsen im Wasser mit dem Kurkuma ½ Stunde einweichen, dann aufkochen und so lange köcheln, bis fast die gesamte Flüssigkeit aufgesogen wurde und die Linsen weich sind. [Ca. 45 Minuten] Knoblauchzehen und Zwiebel klein würfeln und Ingwer in zwei Stücke schneiden. Das Fett in einem mittelgroßen Topf zerlassen, Ingwer, Knoblauch und Zwiebeln dazugeben und goldbraun dünsten. Garam Masala dazugeben und dann den aufgetauten Spinat darin garen. Mit dem Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und dann alles zu den Linsen geben.
Die Hälfte des Eintopfes in eine Schüssel geben, den Ingwer herausnehmen, die Suppe pürieren und mit dem Joghurt mischen. Wieder zu dem restlichen Spinat-Linsen geben, aufkochen lassen, abschmecken und mit Naan-Fladenbrot servieren.

Curry-Linsen-Eintopf



250 g Hackfleisch, 200 g Karotten, 1 rote Paprikaschote, ½ Blumenkohl, 1 Gemüsezwiebel, 2 Knoblauchzehen, 3 EL Öl, 150 g rote Linsen, 3 TL Currypulver, ½ TL Kurkuma oder Colorante [spanischer Safran-Ersatz], 1 frisches Lorbeerblatt, 200 ml Karottensaft, 200 ml Gemüsebrühe, Pfeffer, Salz, 1-2 EL Zucker, 150 ml Sahne, 2-3 TL Limettensaft

Karotten schälen, längs halbieren und in Stücke schneiden. Paprika putzen, waschen und ca. 1,5 cm groß würfeln. Blumenkohl in kleine Röschen teilen. Zwiebel und Knoblauch fein hacken.
Öl in einem Topf erhitzen und Hackfleisch, dann Zwiebel, Gemüse und Linsen darin anbraten. Curry und Kurkuma dazugeben und mit dem Knoblauch kurz anschwitzen [nicht zu lange, sonst werden die Gewürze bitter]. Mit Salz und Pfeffer würzen.
Den Karottensaft und die Gemüsebrühe dazugießen und alles zugedeckt bei mittlerer Hitze 15-20 Minuten köcheln lassen. Sahne dazugeben, erneut kurz aufkochen lassen. Mit Limettensaft abschmecken.

Paella [Spanien]

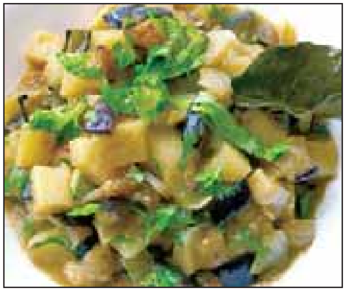
In Spanien wird das genommen, was Markt und Geldbörse hergibt. Auf jeden Fall sollen aber neben dem Reis Fleisch [Kaninchen, Huhn], Fisch, Meeresfrüchte, Gemüse und Safran zusammen verwendet werden.



Pro Person je ein Hühnerunterschlegel [Drumstick] und 1 Riesengarnele, 4 Knoblauchzehen, 100 g fertige Speckwürfel, 1-2 kleine Chorizos [spanische Räucherwurst], 1 Packung TK-Frutti di Mare, 100 g grüne TK-Erbsen, 250 g frische Miesmuscheln, 2 Tassen Rundkorn-Reis [Paella-Reis], 1 Gemüsezwiebel, je 1 rote und grüne Paprika, 2 Fleischtomaten, 1 kleines Döschen Safran oder Colorante [spanischer Ersatz-Safran - schmeckt nicht so intensiv], 1 TL Edelsüßpaprika, Pfeffer, Salz, Olivenöl, 1-2 Zitronen

TK-Frutti di Mare in einem Sieb auftauen lassen.
In einer Paella-Pfanne oder in einem möglichst flachen großen Topf auf einer gleichmäßig warmen Flamme Öl erhitzen und die gesalzenen, gepfefferten und mit Paprika eingeriebenen Hühnerschlegel ca. 15 Minuten goldbraun anbraten, herausnehmen und warm stellen.
Gut geputzte Miesmuscheln im verbleibenden Fett anrösten, bis sie sich öffnen. Nicht geöffnete wegwerfen. Garnelen mit etwas neuem Öl und angequetschtem Knoblauch anbraten, bis sie sich rot färben und leicht gesalzen beiseite stellen. Knoblauch herausnehmen.
Speckwürfel anbraten, dann die jeweils klein gewürfelte Zwiebel und Paprika mitdünsten und zum Schluß die gehäuteten, entkernten und klein gewürfelten Tomaten. Chorizo in dünne Scheiben schneiden und zufügen. Safran oder Colorante, Paprika, Pfeffer und Salz und evtl. noch etwas Öl unterrühren, bis alles von einer dünnen Fettschicht überzogen ist.
Reis zufügen, durch Rütteln in Pfanne oder Topf verteilen, nicht rühren. Wasser vorsichtig zugießen, aufkochen, noch einmal abschmecken und dann den Reis unbedeckt bei niedriger Hitze ca. 20 Minuten garen lassen. Frutti di Mare, TK-Erbsen und die Hühnerschlegel auf der Oberfläche verteilen und weitere 5 Minuten garen, dann die Miesmuscheln und Garnelen zugeben. Der Reis sollte jetzt fast alle Flüssigkeit aufgesogen und vielleicht noch einen winzigen festen Kern haben. Pfanne oder Topf vorsichtig rütteln, damit sich die Zutaten etwas verteilen, dann die Paella mit einem großen Deckel verschließen und neben der Flamme noch zehn Minuten ziehen lassen. Entweder in der Pfanne mit Zitronenspalten servieren oder auf Portionstellern anrichten.

Grünes Gemüse-Curry mit Süßkartoffel und Aubergine [Thailand]



1 Zwiebel, klein gehackt, 1 mittelgroße weiße Süßkartoffel, 1 mittelgroße Aubergine, 1-2 EL grüne Currypaste [Seite 210 oder Asia-Laden], 1 kleine Dose Kokosmilch [ca. 150 ml], 200 ml Wasser, 6 Limettenblätter [Asia-Laden], evtl. 2 EL asiatische Fischsauce, 2 EL Limettensaft, 2 TL abgeriebene Limettenschale, 2 TL feiner brauner Zucker oder Palmzucker [Asia-Laden], frische Korianderblätter, Olivenöl oder Niter Kebbeh [Seite 211]

Aubergine und geschälte Süßkartoffel in Würfel schneiden. Zwiebelwürfel und dann Currypaste in heißem Öl im Wok unter Rühren anschwitzen. Kokosmilch und Wasser in den Wok füllen und 5 Minuten offen köcheln lassen. Süßkartoffeln zugeben, ca. 12-15 Minuten köcheln. Limettenblätter, Fischsauce, Limettensaft und -schale und Zucker zugeben, gut unterrühren und mit Pfeffer und Salz abschmecken. In der Zwischenzeit die Auberginenwürfel in Öl anbräunen, salzen und dann in den Wok geben. Umrühren, nochmals abschmecken und mit gehackten Korianderblättern bestreuen. Dazu evtl. Reis servieren.

Und hier wieder „Nastrowje“ mit einem eiskalten Wodka!!!

Borschtsch [Russland]



1 große Rinderbeinscheibe, 1 Schinkenknochen oder 250 g Rauchfleisch, 1 Zwiebel, mit 3 Nelken besteckt, 2 frische Lorbeerblätter, 400 g Karotten, 1 kg Weißkraut, 600 g frische oder 1 Paket fertig gekochte Rote Bete, 3 Knoblauchzehen, Pfeffer, Salz, 3 EL Essig, 1 EL Zucker, 300 g saure Sahne oder Schmand, 3 EL Zitronensaft, 1 Bund Petersilie, etwas Dill

Fleisch, Knochen oder in große Stücke geschnittenes Rauchfleisch und Zwiebel in etwas Öl anbraten, mit 1 ½ l Wasser ablöschen, mit Salz und Lorbeerblättern aufkochen und ca. 1 Stunde köcheln lassen.
Inzwischen Karotten putzen, in Scheiben schneiden. Weißkraut vierteln, vom Strunk befreien und in feine Streifen schneiden. Frische Rote Bete in feine Stifte schneiden. [Fertig gekochte Rote Bete mit dem Saft nur noch 5 Minuten zum Borschtsch geben, sonst ‘blutet’ sie aus und sieht nicht mehr schön aus].
Knoblauch grob hacken. Diese Zutaten zum Fleisch geben, würzen und noch etwa 30 Minuten mitköcheln lassen.
Knochen und Fleisch aus dem Eintopf nehmen, Fleisch in 2 cm große Würfel schneiden und wieder dazugeben. Mit Brühe, Essig, Zucker, Salz, Pfeffer leicht süßsauer abschmecken. Saure Sahne mit Zitronensaft verrühren und die Kräuter klein hacken.
Mit Baguette oder Fladenbrot servieren.

Moussaka [Griechenland]



2 Eigelb, gut 1/8 l Milch, Salz, Pfeffer, 200 g Zwiebeln, Olivenöl, 1 kg Auberginen, 250 g Tomaten, 3-4 Knoblauchzehen, 500 g Lamm- oder Rinderhackfleisch, 5 EL Brühe. Evtl. Pinien- oder Sonnenblumenkerne, etwas angeröstet, geriebener Käse

Eigelb, Milch, Pfeffer und Salz bei milder Hitze cremig abschlagen und kalt werden lassen.
Auberginen in Scheiben schneiden, mit Salz bestreuen, ca. 10 Minuten Wasser ziehen lassen, dann abtrocknen. Zwiebeln klein würfeln und in Öl andünsten.
Auberginen leicht in Mehl wälzen, anbraten und dann auf Küchenpapier abtropfen lassen.
Tomaten überbrühen, pellen, in Würfel schneiden, mit 2 zerdrückten Knoblauchzehen, Salz und reichlich Pfeffer würzen.
Hackfleisch mit 2 Knoblauchzehen, Pfeffer und Salz würzen.
Eine Auflaufform fetten, alle Zutaten nach und nach schichtweise in die Form geben, dann die Eiermilch darübergießen. Mit geriebenem Käse und den Pinien- oder Sonnenblumenkernen bestreuen und Butterflöckchen darauf setzen.
Die Moussaka im vorgeheizten Ofen bei 200° ca. 60 Minuten backen. Fladenbrot oder Reis dazu reichen.

Chili con Carne [Mexiko]



500 g Hackfleisch, 3 Zwiebeln, 1 rote Chilischote, 3-4 Knoblauchzehen, 1-2 Bund Suppengrün, je 1 gelbe und rote Paprika, 750 g Fleischtomaten, 1 EL Tomatenmark, Olivenöl, ¼ l Rotwein, ¼-½ l Fleischbrühe, 1 EL frischer Thymian, 2 frische Lorbeerblätter, Salz, Pfeffer, 1 EL Beef-Gewürz von NoMU [Kaufhof], 1 große Dose Kidneybohnen

Zwiebeln, Suppengrün, Paprika, Tomaten putzen und in kleine Würfel schneiden, Chilischote evtl. entkernen und mit Knoblauch kleinhacken.
Hackfleisch in Öl scharf anbraten, Zwiebeln und Knoblauch dazugeben, dann Gemüse- und Tomatenwürfel. Mit Rotwein und Brühe ablöschen, kräftig würzen, pfeffern und salzen. Aufkochen und zugedeckt mit milder Hitze ca. 1 Stunde schmoren lassen.
Die Bohnen durch ein Sieb abgießen, abbrausen, in den Eintopf geben und evtl. noch Brühe nachgießen. Weitere 15 Minuten bei milder Hitze köcheln, nochmals kräftig scharf abschmecken. Dazu Baguette reichen oder Tacos [Maismehlchips].

Sauerkrautssuppe

Eine Super-Suppe beim Umzug oder zu einer winternächtlichen Party!



250 g Speckwürfel, 250 g Zwiebeln, 2 EL edelsüß Paprikapulver, 2 EL Tomatenmark, 1 Dose Tomaten [ca. 400 g], 1 große Dose oder Packung Sauerkraut, 150 ml Weißwein, 1 ¼ l Gemüsebrühe, 2 Lorbeerblätter, 1 TL getrockneter Majoran oder Oregano, Pfeffer und Salz, 1 TL Zucker, 275 g grobes Kalbs- oder Schweinebrät oder 2 Paar Polnische Würstchen, ¼ Becher Sahne, Olivenöl, 1 Becher saure Sahne

Speckwürfel in einem Topf mit etwas Olivenöl knusprig anbraten. Zwiebeln klein würfeln und mit Lorbeerblättern, Paprikapulver und Tomatenmark anschwitzen. Dosentomaten und das abgespülte Sauerkraut dazugeben. Den Weißwein angießen und vollständig einkochen lassen. Die Brühe dazugießen und zum Kochen bringen. Pfeffer, Salz und Majoran dazugeben und alles bei mittlerer Hitze 25 Minuten kochen.
Am Ende der Garzeit das Kalbs- oder Schweinebrät zu kleinen Klößchen abstechen oder polnische Würstchen in Scheiben schneiden und ca. 6 Minuten mit in der Suppe ziehen lassen. Umrühren und noch einmal abschmecken. Mit saurer Sahne und Baguette servieren.



Fladen: Ca. 200 g Grieß, Salz, Wasser

Sauce: 250 g Lammhackfleisch, 1 Tasse Linsen, 1 Zwiebel, 1 Karotte, 1 Kartoffel, 2 EL Tomatenmark, Salz, Pfeffer, 'Djanet-Gewürz' [Kreuzkümmel, Ingwer, Koriander, Lorbeer, Piment, Nelke]

Aus Grieß, Salz und Wasser einen eierkuchenartigen Teig bereiten.
Ca. 1 Stunde quellen lassen. In einer beschichteten Pfanne mit wenig Öl hauchdünne trockene Crêpes ausbacken oder mit einer Crêpepfanne.
Evtl. unter dem Grill nachtrocknen lassen.

Für die Sauce klein gehackte Zwiebeln und Hackfleisch scharf anbraten. Tomatenmark, Linsen, in kleine Würfel geschnittes Gemüse und die Gewürze dazugeben. Mit Gemüse- oder Fleischbrühe ablöschen und zugedeckt gar kochen.

In einer Schüssel abwechselnd ein Crêpe mit Sauce begießen, mit Crêpe abdecken, mit Sauce begießen etc., bis alles aufgebraucht ist.

Bei den Tuareg wird aus einer gemeinsamen Schüssel mit Löffeln am Boden sitzend gegessen.





Hühnerbruststreifen mit Linsen-Ananas-Chili



250 g Hühnerbrust, 1 l Gemüsebrühe, ½-1 Zwiebel, 1 EL Pesto Rosso, Ayvar [Paprika-Auberginenpaste] oder Tomatenmark, 1 EL Öl, 1 EL Sojasoße, 175 g gelbe Linsen, 1 frische rote Chilischote, 75 g frische Ananasstücke, je 1 rote und gelbe Paprikaschote, 1 EL weißer Balsamico-Essig, 1 Zweig Thai-Basilikum, Pfeffer, Salz, Chinagewürz, etwas Zucker, 1 Becher Sauerrahm und Taco-Chips

Die Hühnerbrust in Streifen schneiden und in Öl, Pfeffer, Salz, Chinagewürz und 1 EL Sojasoße mindestens 1 Stunde marinieren. In Öl scharf anbraten und dann beseite stellen.
In dem Bratenfett in Würfel geschnittene Zwiebel andünsten und mit Pesto rosso und dem Mark vermischen. Die abgespülten Linsen dazugeben und mit der Gemüsebrühe ablöschen. Die Chilischote halbieren, evtl. die Kerne entfernen und mit den ebenfalls klein gewürfelten Paprikaschoten zufügen und alles ca. 20-25 Minuten köcheln lassen. Die Linsen sollten nicht zu weich sein.
Kurz vor Ende der Garzeit Ananas und Hühnerfleisch zugeben und aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer, Chilipulver, evtl. noch etwas Chinagewürz, Zucker und Essig leicht scharf abschmecken. Die Chilischote entfernen. Thai-Basilikum, in Streifen geschnitten darüberstreuen. Dazu Sauerrahm und Taco-Chips, Baguette oder Fladenbrot servieren.

Festtagsreis [Türkei]



1 ½ Tassen Reis, 50 g Korinthen oder türkische Sultaninen, 1 Gemüsezwiebel, 2 Knoblauchzehen, 3-4 Karotten, ½ Zucchini, 3 Tassen Hühnerbrühe, Pfeffer, Salz, je ¼ TL Piment, Zimt und Kreuzkümmel, 50 g Pinienkerne, je eine Handvoll Basilikum- und Pfefferminzblätter klein gehackt oder ½ Bund Dill, Olivenöl, 250 g Lammleber, Butterschmalz

In einem Topf klein gehackte Zwiebel in Olivenöl goldbraun anbraten, dann klein gewürfeltes Gemüse und den Reis zugeben und anbraten. Korinthen und Gewürze zufügen und 3 Minuten unter Rühren dünsten. Hühnerbrühe angießen. Alles gut verrühren, einmal aufkochen lassen und ca. 20 Minuten bei schwacher Hitze zugedeckt ohne umzurühren garen. Die Pinienkerne ohne Fett anrösten. Leber putzen, in kleine Würfel schneiden, kurz in Mehl wälzen und in einer Pfanne in Butterschmalz anbraten.
Die klein gehackten Kräuter und die Pinienkerne unter den Reis mischen.
Die Leberstücke auf dem fertigen Reis in einer heißen Schüssel oder auf Portionstellern servieren.

Ein köstliches Rezept von Jeanette aus Hamburg, aber wie dieser Name entstanden ist, weiß ich nicht mehr.

Arme Sünder- oder Gründonnerstagssuppe



250 g Speckwürfel, 1 Kilo Rinderhackfleisch,1 große Gemüsezwiebel, 2 Knoblauchzehen, 2 rote Paprikaschoten oder auch gemischtfarbig, 1 l Gemüsebrühe, ½ Flasche Chili- oder süß-sauer-scharfe Soße, 1 Flasche oder ein Glas Mangochutney, evtl. 3-4 EL Ajvar [Paprika-Auberginenmus], je ¼ l süße und saure Sahne oder Schmand und je nach Geschmack Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und/ oder Paprikapulver

Gewürfelten Speck, Hackfleisch und klein geschnittene Zwiebeln in dieser Reihenfolge in den Topf geben und leicht bis stark anbraten.
Mit Gemüsebrühe aufgießen.
Danach die klein geschnittenen Gemüsestückchen zugeben, umrühren und alles zugedeckt ca. 1 Stunde köcheln lassen.
Dann Soßen und Chutney zugeben. Noch ½ Stunde köcheln lassen.
Ganz zum Schluß die Sahnen zugeben, abschmecken und mit Baguette servieren.



Süßkartoffel, weiß oder orange, auch Erdartischocke oder Roßkartoffel genannt, wächst in Tropen und Subtropen.

Süßkartoffelauflauf



2-3 gleich große Süßkartoffeln, orange,
1 Gemüsezwiebel, 2 Knoblauchzehen, 1 rote Chilischote,
300 g Hackfleisch, 1 kleine Dose Kokosmilch [ca. 150 ml],
1 kleines Stück Palmzucker [Asia-Laden] oder 1 TL brauner Zucker,
2 Zitronenblätter [Asia-Laden], 1 Zweig Thai-Basilikum [Asia-Laden],
Salz, Pfeffer, ca. 100 ml Gemüsebrühe, Butterflöckchen

Süßkartoffeln schälen, in 5 mm dicke Scheiben hobeln und in Salzwasser ca. 5 Minuten bißfest kochen, abgießen, abspülen und abkühlen lassen. Klein gewürfelte Zwiebel, Knoblauch und entkernte Chilischote in Niter Kebbeh [Seite 211] oder Butterschmalz andünsten, Hackfleisch zugeben und unter Rühren bräunen. Mit Kokosmilch und Gemüsebrühe ablöschen, mit Palmzucker, klein geschnittenen Zitronenblättern und Basilikum, Salz und Pfeffer würzen und dicklich einkochen lassen.

In eine gebutterte feuerfeste Form eine Lage Kartoffelscheiben legen, Hackfleischsoße daraufgeben, wieder Kartoffeln usw. bis alles aufgebraucht ist. Die letzte Schicht sollte aus Kartoffeln bestehen, die mit Butterflöckchen belegt werden.
Im vorgeheizten Ofen bei 180° ca. 20 Minuten knusprig überbacken.

Joghurtsuppe mit Kichererbsen und Hackfleisch [Orient]



2 mittelgroße Zwiebeln, 100 g [Lamm]-Hackfleisch, Salz, Pfeffer, Olivenöl, ½ TL Kurkuma, 1 Dose Kichererbsen [200 g], 100 g rote Linsen, 50 g Reis, je ½ Bund glatte Petersilie, Schnittlauch, Koriandergrün, Dill, einige Minzeblätter, 2-3 Knoblauchzehen, 400 g Joghurt, 150 g saure Sahne

Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Hackfleisch mit der Hälfte davon mischen, salzen, pfeffern und zu kleinen Bällchen formen.
Die restlichen Zwiebelwürfel in Öl in einem großen Topf goldbraun braten, Pfeffer, Salz und etwas Kurkuma dazumischen und mit 1 l Wasser löschen. Kichererbsen mit dem Sud, Linsen und Reis zugeben, aufkochen lassen, Hackfleischbällchen zugeben und alles 20-30 Minuten köcheln lassen. Evtl. noch etwas Wasser nachgießen. Kräuter klein hacken, zur Suppe geben und 5 Minuten weiter köcheln.
Knoblauch schälen, halb zerquetschen und halb in Scheiben schneiden, zusammen mit etwas Kurkuma in Öl in einer Pfanne vorsichtig anbraten. Klein geschnittene Minze dazugeben und die Pfanne vom Feuer nehmen.
Den Joghurt, mit etwas heißer Suppe angerührt dazumischen, dann alles in die Suppe rühren. Nicht mehr kochen, sonst flockt der Joghurt aus. Auf jede Portion einen Klecks saure Sahne und Minze geben. Fladenbrot dazu reichen.

Ramadansuppe [Harira - Algerien, Marokko]

Diese Suppe wird nach dem Fastenbrechen nach Sonnenuntergang mit zitronengesäuerter Milch und Datteln als erste Mahlzeit serviert.



200 g getrocknete oder 1 Dose Kichererbsen [ca. 200 g], 50 g gelbe oder rote Linsen, 250 g Lammfleisch aus Schulter oder Keule, 2 Hühnerflügel, 1 Zwiebel, ½ TL Kurkuma oder Colorante, je ¼ TL Zimt-, Ingwer-, Safranpulver und Pfeffer, 1 TL edelsüßen Paprika, Salz, 2 EL Niter kebbeh [Seite 211] oder Butterschmalz, je ½ Bund glatte Petersilie und Koriandergrün, 2 große Tomaten, 1 Zitrone
[Statt Linsen nimmt man auch Suppennudeln wie auf dem Foto.]

Getrocknete Kichererbsen mit Wasser bedeckt über Nacht einweichen und dann ca. 2 Stunden auf kleiner Flamme gar kochen oder die Dose öffnen. Lammfleisch in 2 cm große Stücke schneiden, zusammen mit den Hühnerteilen, der gewürfelten Zwiebel in einem anderen Topf mit Niter kebbeh anbraten, 1 ¼ l Wasser oder Brühe, Linsen und Gewürze dazugeben und ca. 1 Stunde köcheln lassen.
Die Hühnerflügel herausnehmen, das Fleisch abzupfen und mit den abgetropften Kichererbsen wieder zur Suppe geben. Tomaten häuten, in kleine Stücke schneiden und zusammen mit den klein gehackten Kräutern zufügen. Die Zitrone vierteln oder achteln und mit Fladenbrot zur Suppe reichen, die sich jeder selbst würzt.



1 Moschus-Kürbis von 15-20 cm Ø, 2 rote Zwiebeln, 3 Knoblauchzehen, 250 ml Geflügelbrühe, pro Person ½ Hühnerbrust, Salz, Pfeffer, etwas Curry und Colorante [gelb färbender spanischer Safran-Ersatz], 2 Zitronengrasstängel, 3 Korianderschoten, ¼-½ Becher Sahne, 2 mittelreife Bananen, Niter kebbeh [Seite 211] oder Butterschmalz, scharfer Paprika, Ingwerpulver



Den Kürbis halbieren, die Kerne entfernen und so schneiden, dass man ihn gut schälen kann. In 3 cm große Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln, in Niter Kebbeh anbraten, die Kürbisstücke dazugeben und mit anbraten. Mit Geflügelbrühe ablöschen und 10 Minuten köcheln lassen. Hühnerfleisch in 3 cm große Stücke schneiden, mit Salz, Curry und Colorante vermischen und zur Suppe geben. Zitronengrasstängel und die Kerne der Korianderschoten zufügen und evtl. noch etwas Gemüsebrühe. Den Eintopf noch einmal 8-10 Minuten köcheln. Sahne zufügen und die Suppe abschmecken. Halbierte Bananen in Butterschmalz braten, mit Paprika und Ingwer würzen und die Suppe damit garnieren. Dazu Baguette reichen.

Nachdem mir ein kompliziertes Bocuse-Rezept nicht sonderlich geschmeckt hat, habe ich das hier erfunden!

Kürbissuppe mit Hummer und Trüffeln



1 Hokkaido-Kürbis, 500 ml kräftiger Gemüsefond mit Nelken und Wacholderbeere aufgekocht, 1 Zwiebel, ½ rote Paprika, 1 Karotte, 1 Messerspitze Paprika und Zimt, 50 g Butter, ½ Becher Sahne, 1 Schuß Weinbrand, 1 Hummer [ca. 500 g] oder schon ausgelöstes Hummer- oder Krebsfleisch, 1-2 Perigord-Trüffel

Kürbis, Zwiebel, Karotte und Paprika waschen, schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Das klein geschnittene Gemüse in einem Topf mit Butter 3-4 Minuten glasig anschwitzen. Paprikapulver dazugeben, mit dem Gemüsefond auffüllen und 30 Minuten köcheln lassen. [Inzwischen den Hummer mit dem Kopf voran in kochendes Wasser werfen und 3 Minuten bei mittlerer Hitze ziehen lassen. Danach das Fleisch aus der Karkasse lösen, in kleine Würfel schneiden und beiseite stellen. Oder fertig gekochtes Hummer- oder Krebsfleisch verwenden.
Das weich gekochte Kürbisgemüse im Mixer pürieren. Zu einer dicklichen Suppe einkochen lassen oder mit Brühe verdünnen, nachwürzen. Das Hummerfleisch kurz in etwas Butter anbraten und würzen. Zum Servieren Suppe auf die vorgewärmten Teller geben, die leicht geschlagene Sahne darübergeben, Hummerstücke darauf verteilen und die Trüffel darüber hobeln. Dazu Baguette reichen.

Pilz-Ravioli



500 g Pilze [Champignons, Shitaake, Steinpilze, Pfifferlinge, Austernpilze], ½ Gemüsezwiebel, 1 Knoblauchzehe, 2 EL Crème double, Pfeffer, Salz
Teig: Nudelteig herstellen [Seite 116] oder in Italien-Läden fertig kaufen.
4 große Champignons in dünnen Scheiben, pro Person 3 Kirschtomaten, 1 Bund oder eine Packung Rucola, 60 g frisch geriebener Parmesan

Pilze und Zwiebel sehr klein schneiden. In einer breiten Pfannen in Olivenöl erst die Zwiebeln, dann die Pilze anbraten, Crème double dazugeben, würzen und unter Rühren die Flüssigkeit verdampfen und die Pilze erkalten lassen.
Den Teig auf ein Raviolibrett legen, mit verklöppeltem Eigelb bestreichen, eine teelöffelgroße Menge der Fülle in die Vertiefungen setzen und die zweite Teighälfte vorsichtig auflegen. Mit dem Spezial-Nudelholz die Teigplatte andrücken und mit einem Rädchen oder einem Messer an den Nahtstellen auseinander schneiden.
In einen großen Topf mit viel kochendem Salzwasser die Ravioli portionsweise ca. 4-8 Minuten bißfest kochen. Gut abtropfen lassen und mit zerlassener oder gebräunter Butter begießen, mit Parmesan, Pfeffer und Salz bestreuen. Man kann die Ravioli gut vorbereiten und ungekocht zwischen Pergamentpapier, evtl. auf etwas Mehl im Kühlschrank aufbewahren.
Variation: Statt der Pilze kann jedes andere Gemüse, sehr gut z. B. Kürbis verwendet werden. Kürbiswürfel in Salzwasser garen. Nach dem Erkalten zusammen mit geriebener Muskatnuß mit einer Gabel zerdrücken [nicht pürieren], abschmecken und teelöffelgroße Häufchen auf den Teig setzen, etwas flach drücken und jeweils ein Kräuterblatt [Salbeistückchen, Petersilie, Basilikum] auflegen, dann mit der oberen Teigplatte verschließen.

Pasta mit Kürbis



600 g Hokkaido-Kürbis, 2 Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 1 rote Chilischote, 1 TL Zucker, 50 g Butter, 2 EL weißer Balsamico, Salz, Pfeffer, 250 g Tagliatelle, 30 g Kürbiskerne, Basilikum

Kürbis halbieren, entkernen und mit dem Sparschäler in schmale Streifen [wie die Nudeln] schneiden. Zwiebeln klein würfeln, Knoblauch hacken, Chilischote evtl. entkernen und in sehr schmale Streifen schneiden.
Zwiebel und Knoblauch in Butter andünsten, Kürbis, Chili und Zucker zugeben und zwei Minuten dünsten. Essig und 100 ml Wasser zugießen, salzen und pfeffern und ca. 6-8 Minuten zugedeckt auf kleiner Flamme garen.
Tagliatelle in Salzwasser al dente garen, abgießen, aber ca. 100 ml Nudelwasser aufheben. Nudeln mit Butter und Nudelwasser zum Kürbis geben, vorsichtig vermischen und bei starker Hitze schnell sämig kochen. Ohne Fett geröstete, gesalzene Kürbiskerne und klein geschnittene Basilikumblätter über die noch einmal abgeschmeckten Nudeln geben. Heiß servieren.

Kürbis-Pfanne



400 g geschältes Kürbisfleisch von Hokkaido- oder Muskat-Kürbis, 2 rote Zwiebeln, ½ Zimtstange, etwas geriebener Muskat, ½ TL gemahlener Kreuzkümmel, 2 EL Niter Kebbeh [Seite 211] oder Butterschmalz, 5 EL Orangensaft, Salz, Pfeffer

Kürbisfleisch möglichst grob raspeln. Zwiebeln in feine Streifen schneiden.
Zwiebeln in Niter Kebbeh oder Butterschmalz bei mittlerer Hitze 3-5 Minuten unter Rühren goldgelb dünsten. Kürbis, Orangensaft, Zimtstange, Muskat und Kreuzkümmel dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und bei schwacher Hitze 15 Minuten offen unter gelegentlichem Rühren gardünsten. Zimtstange entfernen.
Zu kurz gebratenem Fleisch wie Schweinesteak, Schnitzel oder gegrillten Hühnerschenkeln reichen.

Variation: In Butterschmalz angebratenes Hackfleisch unter das fertige Gemüse geben oder aus gewürztem Hackfleisch mit 2 EL Semmelbrösel, 2 EL Wasser und 1 Ei kleine Klößchen formen, in Butterschmalz oder Öl ausbacken und auf dem Gemüse anrichten.

Kürbis-Kartoffel-Eintopf



1 Hokkaido-Kürbis, 3 mittelgroße Kartoffeln, 1 Gemüsezwiebel, 250 g Hackfleisch, Pfeffer, Salz, ¼ Stange Zimt, je 1 Prise Muskat, Nelken, Piment, ½ TL Curry, 2 frische Lorbeerblätter, etwas geriebene Ingwerwurzel, ½ l Gemüsebrühe, Butterschmalz oder Olivenöl, etwas gehackte Petersilie, 1 Becher saure Sahne



Den Kürbis halbieren, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch mit Schale in 3 cm große Würfel schneiden. Kartoffeln und Zwiebeln schälen und ebenfalls in Würfel schneiden.
Das Hackfleisch und etwas später die Zwiebeln in Butterschmalz oder Öl anbraten, Kürbis- und Kartoffelwürfel dazugeben und mit den Gewürzen anschwitzen. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und zugedeckt ca. 15-20 Minuten köcheln lassen.

Variation: Statt Hackfleisch [evtl. als Rest vorhandenes] Gulasch zugeben und mit saurer Sahne servieren.

Laugenstangen-Auflauf

4 Laugenstangen, 1 Elstar-Apfel á 150 g [oder Braeburn oder Cox-Orange], 125 g Lauch, ca. 1 EL Butter, Salz, Pfeffer, 150 g mittelalter Gouda, 3 Eier, 300 ml Milch, Muskatnuß



Laugenstangen in Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Apfel schälen, vierteln, entkernen und würfeln. Lauch in Scheiben schneiden und in stehendem Wasser einweichen. Abtropfen lassen und mit den Apfelwürfeln in der Butter 5 Minuten andünsten und mit Salz und Pfeffer würzen. Eier und Milch verquirlen, Salz, Pfeffer, Muskat dazugeben und alles miteinander vermischen. Gouda reiben und untermischen.
Die Mischung in eine gebutterte Auflaufform geben, mit Käse bestreuen und im vorgeheizten Ofen bei 200° Ober- und Unterhitze 35 bis 40 Minuten backen.
Als sättigendes Hauptgericht mit viel Salat servieren.

Kartoffel-Kaviar-Auflauf [Schweden]

...wird auch „Jansons Versuchung" genannt

6 mittelgroße Kartoffeln, 2 mittelgroße Zwiebeln oder 4 Schalotten, 1 Becher Sahne, Pfeffer, Salz, Semmelbrösel, Butterflöckchen, 1 Tube Kaviarcreme, 1 Döschen Forellenkaviar



Kartoffeln schälen, halbieren, in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Klein gewürfelte Zwiebeln in Butter andünsten. In einer feuerfesten Form die Kartoffelscheiben abwechselnd mit den Zwiebeln ziegelartig einschichten. Sahne mit der Kaviarcreme vermischen, vorsichtig mit Salz und Pfeffer abschmecken und gleichmäßig über den Kartoffeln verteilen. Leicht mit Semmelbröseln bestreuen und Butterflöckchen darauf setzen.
Bei 180-200° im Ofen ca. 40 Minuten backen.

Als Hauptgericht mit einem Döschen Keta- oder Forellen-Kaviar und Salat servieren oder als Beilage zu gedünstetem oder gebackenem Fisch reichen.

Karotten-Lamm-Topf



1 kg Lammkeule oder -schulter, in 4-5 cm große Würfel geschnitten, schwarzer Pfeffer und Salz, Samen von 5 Kardamomschoten, 1 TL Korianderkörner, ½ Stange Zimt, 6-8 Pimentkörner, 1 TL Zucker, 1 EL rote Thai-Currypaste [Asia-Laden], 3-4 Korianderwurzeln [Asia-Laden], 1 kleine Dose Kokosmilch [ca. 150 ml], ca. 1 Tasse Gemüse- oder Fleischbrühe, Niter kebbeh [Seite 211] oder Butterschmalz, 1 kg Karotten, 3 EL fein gehacktes Koriandergrün oder Petersilie

Alle trockenen Gewürze in einem Mörser zerkleinern, in Niter kebbeh oder Butterschmalz anrösten, die Fleischwürfel zugeben und unter Rühren gut anbraten. Die Currypaste einrühren und dann mit etwas Brühe ablöschen. Einkochen lassen, dann weitere Brühe und Kokosmilch und Korianderwurzeln zugeben, mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen. Die geschälten Karotten in Scheiben schneiden, zu dem Fleisch geben und alles ca. 1 Stunde köcheln lassen.
Zum Servieren die Korianderwurzeln entfernen, gehackte Korianderblätter oder Petersilie über das Gericht streuen und Reis dazu reichen.

Lammtopf mit Aprikosen und Backpflaumen [Marokko]



1 kg Lammfleisch aus Schulter oder Keule, einige Safranfäden und/oder Colorante [spanischer Safran-Ersatz, der gelb färbt], 2 Schalotten oder 1 kleine Zwiebel, 3 Knoblauchzehen, ½ TL gemahlener oder 2 cm frisch geriebener Ingwer, 1 TL Zimt, 2 Chilischoten, je ½ TL Kreuzkümmel und Garam Masala, 1 EL Sojasoße, 1 EL Sesamöl, Olivenöl, 8 entsteinte Backpflaumen, 20 getrocknete Aprikosen, 1 Zitrone, Salz, Pfeffer

Das Fleisch waschen, trocknen, entbeinen und in große Würfel schneiden. Die Aprikosen in lauwarmem Wasser einweichen. Gehackte Zwiebeln und Knoblauch, die gemörserten Gewürze, Sojasoße und Sesamöl in eine Schüssel geben und die Fleischwürfel darin ca. 2 Stunden zugedeckt marinieren.
Dann die Würfel portionsweise in einem Topf in heißem Öl unter Rühren von allen Seiten gut anbraten, mit Wasser oder Brühe ablöschen und 60 Minuten zugedeckt garen. Die abgetropften Aprikosen und Backpflaumen [evtl. halbiert], Saft und Abrieb der Zitrone dazugeben und weitere 20 Minuten zugedeckt garen. Evtl. noch einige Minuten ohne Deckel, damit die Flüssigkeit etwas einkochen kann. Mit Baguette oder Fladenbrot servieren.

Blumenkohl mit Korianderkrabben

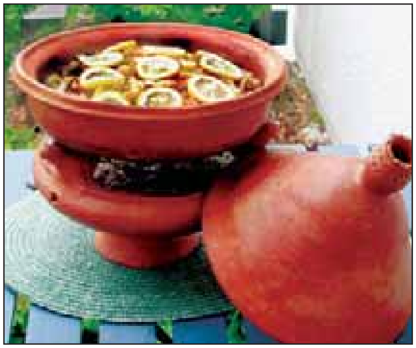


1 kleiner Blumenkohl, Salz, 4-5 EL Weinessig, 250 g rote Linsen, Öl, Pfeffer, Salz, 1 Prise Zucker, 2 EL Sojasoße, 1 Msp. Sambal Oelek, 3 EL Kapern, 1 kleine Chilischote oder gekörnter Chili oder Cayennepfeffer, 3 Frühlingszwiebeln, 200 g kleine gekochte Garnelen oder Nordseekrabben, knapp ½ TL gemahlene oder gemörserte Korianderkörner

Blumenkohl putzen, in Röschen teilen, mit kaltem Wasser, 1 TL Salz und 1 EL Essig bedecken. Die gewaschenen Linsen mit Wasser bedeckt aufsetzen, 1-2 EL Essig dazugeben und ca. 10 Minuten garen.
Den Blumenkohl abbrausen, gut abtropfen lassen und in feine Scheiben schneiden. Im Wok portionsweise unter vorsichtigem Umwenden in Öl kurz braten, salzen, pfeffern und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.
Frühlingszwiebel putzen und fein hacken und im restlichen Öl anbraten.
Abgetropfte Krabben zugeben, dann die Linsen, den Blumenkohl bis auf einige schöne Scheiben. Mit Zucker, Sojasoße, Sambal oder Chili und Koriander, Essig, Pfeffer und Salz nach Geschmack würzen und mit Petersilienstreifen und Blumenkohlscheiben servieren.

Lamm-Tajine

Endlich hat Lilo E. mal was in ihrer schönen Tajine mit Holzkohle zubereitet! Auch ohne diese Tajine ein nachkochenswertes Rezept!!!



1 kleine Zimtstange, 6 Nelken, 1 TL Bockshornklee, ½ TL schwarze Pfefferkörner, 1 TL Korianderkörner, 1 TL Curcuma oder Chinagewürz, 1 TL Ingwer gemahlen oder ein 1 cm geschälte, geriebene Ingwerwurzel, 1 Tütchen Safran, je 1 TL Paprika, edelsüß und scharf, 2-3 große Gemüsezwiebeln, 5 Knoblauchzehen, 2 Stangen Staudensellerie, 30 g Butter, 4 EL Olivenöl. 2 kg Lammschulter, in 3-4 cm große Stücke geschnitten, 1 unbehandelte Zitrone, 100 g abgezogene Mandeln, je 150 g Backpflaumen und getrocknete Aprikosen, 1 TL Honig

Die Gewürze im Mörser fein zerstoßen. Das Gemüse putzen und in dünne Scheiben schneiden oder hobeln. In einer Tajine oder einem feuerfesten Topf mit gut schließendem Deckel die Häfte der Butter und des Öls schmelzen und etwas von der Gewürzmischung darin andünsten. 1/3 des Gemüses einschichten, dann die Hälfte des Fleisches. Mit Salz und etwas Gemürzmischung bestreuen. Wieder 1/3 des Gemüses, den Rest Fleisch einschichten, würzen und mit dem Rest Gemüse bedecken. Restliche Butter darauf verteilen, Öl darüber träufeln. 1 Tasse Wasser dazugießen und den Deckel gut schließen. Auf die unterste Schiene in den **kalten** Backofen setzen und bei 170° 1 Stunde und 45 Minuten garen, ohne den Deckel zu öffnen. Zitrone in dünne Scheiben schneiden. Jetzt Deckel öffnen und 2-3 Tassen Kochsud entfernen, die Zitronenscheiben auf das Fleisch legen und weitere 15 Minuten geschlossen garen. Das Dörrobst mit 1 TL Honig in dem Tajinen-Sud dünsten, die Mandeln etwas anrösten und zum Lammfleisch mit Fladenbrot oder Couscous getrennt servieren.



Gaisburger Marsch [Spätzlesuppe aus Schwaben]



2 l Rinderbrühe, 700 g Hochrippe, 2 Karotten, 2 Kartoffeln, 1 Lauchstange, 1 Zwiebel, ½ Sellerieknolle, 2 Lorbeerblätter, Pfeffer, Salz, 2-3 EL Schweine- oder Butterschmalz, getrockneter Majoran, Petersilie
Spätzle: 200 g Weizenmehl, 2-3 Eier, ca. ½ Glas Wasser, Salz

Brühe mit Lorbeerblättern, Pfeffer und Salz aufkochen, das Rindfleisch hinein geben und ca. 2 Stunden auf kleiner Flamme köcheln lassen. Karotten, Sellerie und Kartoffeln putzen, waschen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Zwiebel häuten und fein würfeln. Lauch gründlich waschen [Grünes entfernen] und in dünne Ringe schneiden. Petersilie waschen und fein hacken.
Fleisch aus der Brühe nehmen und in Alu-Folie warm halten. In einem Topf Schmalz erhitzen und darin die Gemüse anschwitzen, die Brühe dazugeben, salzen und pfeffern und kurz aufkochen lassen. Fleisch in Würfel schneiden und wieder zur Brühe geben. Noch einmal abschmecken.
Spätzle: Aus Mehl, Wasser, Eiern und etwas Salz den Teig rühren. Den Teig von einem feuchten Brett in köchelndes Salzwasser schaben [Seite 116], garen, herausnehmen, mit kaltem Wasser abschrecken und zu den anderen Zutaten in die Brühe geben. Die Suppe in tiefen Tellern mit Petersilie bestreut und/oder knusprig gebräunten Zwiebelringen und/oder Speckwürfel servieren.

In der Kindheit von mir als einzig ungeliebtes Essen bezeichnet.

AMAs Bechamelkartoffeln



1 kg Kartoffeln, 3 EL Butter, 3 EL Mehl, 250 ml Milch, 250 ml leichte Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, Prise Zucker, 1 Zitrone, 1-2 EL Kapern, 100 g knusprig ausgebackene Speckwürfel [in der Mikrowelle 2-3 Minuten bei 600 W zwischen Haushaltpapier]

Die Kartoffeln in der Schale garen, pellen, abkühlen lassen und in Scheiben schneiden.
Bechamelsoße: Butter in einem Topf erhitzen, Mehl einrühren und aufschäumen lassen. [Evtl. ganz leicht anbräunen, dann schmeckt die Soße kräftiger]. Nach und nach mit je 250 ml kalter Milch und Brühe zu einer dicklichen Soße verquirlen. Kartoffelscheiben und Kapern zugeben, mit Zucker, Zitrone, Pfeffer und Salz abschmecken und mit den Speckwürfeln bestreut servieren. Dazu schmecken heiße Bockwürstchen oder gekochtes oder kurzgebratenes Fleisch.

Variation: Statt Zitrone und Kapern 100 g mittelalten Gouda reiben oder fertig geriebenen Käse nehmen. 2/3 davon unterziehen. Kartoffeln mit der Soße vermischen und in eine gefettete Form füllen. Den restlichen Käse obenauf geben. Im vorgeheizten Backofen bei 200° Umluft 15-20 Minuten überbacken.

Spaghetti Tomaten-Mozzarella

Das Rezept hat mir bei Esther v.H. gemundet!



Spaghetti in reichlich Salzwasser al dente kochen.
Für 4 Personen Sauce aus: 4-5 Fleischtomaten, 2 EL Tomatenmark, 2 mittelgroße Zwiebeln, 3-4 Knoblauchzehen, 1 Bund Basilikum, 2-3 Kugeln Büffel- oder anderen Mozzarella, Salz, Pfeffer, Olivenöl, dunkler Balsamico-Essig nach Geschmack

Mozzarella in kleine Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen, klein hacken und in Olivenöl andünsten. Tomatenmark mit anschwitzen. Tomaten [evtl. enthäutet] in kleine Würfel schneiden, zu den Zwiebeln geben und mit dünsten, evtl. etwas Wasser zugeben und die Sauce würzen. Auf kleiner Flamme unter Rühren einkochen lassen. Zum Schluß das klein geschnittene Basilikum unterheben.

Zum Servieren die Spaghetti auf einen Pastateller geben, einige Mozzarellastücke darüberstreuen. Etwas von der Sauce dazugeben und wieder mit Mozzarellastücken bestreuen. Mit einem Basilikumblättchen garnieren, frisch gemahlenen Pfeffer darübergeben und einige Spritzer Balsamico-Essig.

Paprika-Spaghetti



Spaghetti in reichlich Salzwasser al dente kochen.

Sauce: 2 mittelgroße Zwiebeln, 2-3 rote Paprikaschoten, 2 rote Chilischoten, 100 g Schinkenspeck oder Bacon, 2-3 Knoblauchzehen, 1-2 EL Ajvar [Paprika-Auberginenpaste aus türkischen Läden], Salz, Pfeffer, Edelsüßpaprika, Rosenpaprika, Olivenöl, etwas Gemüsebrühe

Zwiebeln und Knoblauch schälen und klein würfeln, Chilischoten mit oder ohne Kerne in kleine Ringe schneiden. Paprika evtl. häuten [im 220° heißen Backofen so lange garen, bis die Haut Blasen wirft und beginnt, schwarz zu werden. Dann Paprika herausnehmen und in einem verschlossenen Plastikbeutel 10 Minuten ruhen lassen, bis sich die Haut leicht abziehen läßt] und in Würfel schneiden.
Speck in Würfel schneiden, in einer großen Pfanne in Olivenöl anbraten, Zwiebeln, Chiliringe und Knoblauch zugeben und glasig dünsten, dann die Paprikastücke und Ajvar dazugeben, mit den Gewürzen abschmecken und mit etwas Gemüsebrühe aufgießen. Zuerst 3-5 Minuten mit Deckel köcheln lassen [die Paprikastücke sollen knackig bleiben], dann den Deckel öffnen, die Spaghetti gut untermischen und noch einmal scharf-würzig abschmecken.
Mit Basilikumblättern oder klein geschnittener Petersilie garnieren.



Salate
Gemüse

Türkische Joghurtpaprika



Pro Person 3-4 längliche türkische hellgrüne Paprika, 2 Knoblauchzehen, 2-3 EL Olivenöl, 1 Bund glatte Petersilie, Salz, Pfeffer, 250 ml Joghurt, 1 TL Pulbiber [türkische Chiliflocken], 1 ½ - 2 TL Sumach [türkisches Gewürz mit feinem säuerlichen Aroma], Prise Zucker

Paprika waschen und mehrmals längs mit einem Messer einritzen. Knoblauch in feine Scheiben schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Paprika darin bei hoher Hitze rundherum unter mehrmaligem Wenden scharf anbraten. Knoblauch in die Pfanne geben. Mit etwas Pulbiber, Salz und Pfeffer würzen. Ca. 5 Minuten zugedeckt garen. Dann die Paprika auf eine Platte geben.
Petersilie hacken und mit dem Joghurt mischen. Sumach dazugeben und mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen, gut verrühren und über die Paprika geben. Mit etwas Sumach bestreut servieren. [Die milden Kerne der Paprika können mitgegessen werden.] Paßt gut zu kurz gebratenem Fleisch und Fladenbrot.

Eingelegte Paprika [Italien]

Eine saftige Zutat für ein Kaltes Büfett!



6-8 gelbe Paprikaschoten, kräftiges Olivenöl, 2 EL weißer Balsamico, Saft und etwas Abrieb einer unbehandelten Zitrone, 2 Knoblauchzehen, 1 rote Chilischote oder 1 TL Chilischrot [Pulbiber in türkischen Läden], eine Prise Zucker, Salz, Pfeffer, 1 Bund glatte Petersilie

Die gewaschenen Paprika halbiert in den 230° heißen Ofen legen, bis die Haut anfängt, Blasen zu werfen und schwarz zu werden [ca. 20 Minuten]. Dann in einen Pastikbeutel verschließen und etwas abkühlen lassen.
In einer Schale Öl, Balsamico, Zitrone, Zucker, Salz, Pfeffer, in Scheiben geschnittenen Knoblauch und klein geschnittene Chilischote mischen und die enthäuteten und in längliche Viertel geschnittenen, noch warmen Paprika einlegen. Mit Folie bedecken und im Kühlschrank einige Stunden durchziehen lassen.
Zum Servieren Petersilie grob hacken und untermischen.

Kichererbsensalat



250 g Trocken-Kichererbsen, 1 Bund glatte Petersilie, 2-3 Zweige Koriandergrün, 2 Knoblauchzehen, 2-3 EL weißer Balsamico-Essig, 3-4 EL Olivenöl, Saft von 1 Limette, 1 TL Dijon-Senf, 1 TL Zucker, 1 Spritzer Tabasco oder 1 Msp. Harissa, 1 rote Paprika, 1 Bund Frühlingszwiebeln

Kirchererbsen über Nacht in viel Wasser einweichen, dann ca. 60-90 Minuten auf mittlerer Hitze kochen. Nach der Hälfte der Garzeit salzen. Die bißfesten Kichererbsen abgießen und etwas abkühlen lassen. Paprika und Frühlingszwiebeln in feine Würfel oder Streifen schneiden und mit den Kichererbsen vermischen.
Aus Essig, Öl, den Gewürzen und klein gehackter Petersilie eine Vinaigrette fertigen, pikant abschmecken und die Kichererbsen darin einige Stunden marinieren. Dazu Fladenbrot reichen.

Salatplatte mit Lammleber oder -rücken



100 g Karotten, 10 Kirschtomaten, 100 g Romanosalat, Salatsoße aus 2-3 EL weißem Balsamico/Orangenessig, 3-4 EL Olivenöl/Traubenkernöl, Pfeffer, Salz, 1 TL Dijon-Zitronensenf, 1-2 durchgepreßte Knoblauchzehen, 1 Prise Zucker, frische Petersilie, frische Pfefferminze, Lammleber oder Geflügelleber

Karotten schälen, grob raspeln, Tomaten halbieren, Salat waschen und je nach Blattgröße etwas kleiner schneiden. Auf Teller anrichten und mit der Salatsoße begießen.
Dazu in etwas Mehl gewälzte und in Butterschmalz oder Öl kurz gebratene Leberstücke servieren. [Erst nach dem Braten salzen und pfeffern.]



Variation I: je nach Angebot und Geschmack z.B. mit kurzgebratener Lammrücken, frische Champignons, Kopfsalatherzen, Tomatenscheiben, geröstete Pinienkerne

Variation II: klein geschnittene rote Paprika, Eichblattsalat, Lollo rosso, 2-3 EL Himbeeressig und 3-4 EL Walnußöl, Knoblauch, 1-2 EL Crème fraîche

Algerischer Kartoffel-Rote Bete-Salat

Den gibts immer auf unseren Wüstentouren – nicht ganz so schön angerichtet – aber immer lecker!



3-4 Kartoffeln, 3-4 mittelgroße Karotten, 3-4 kleine Rote Bete, 1-2 Fleischtomaten, pro Person 1 Ei
Vinaigrette aus 1 TL Dijon-Senf, 2-3 EL Weißer Balsamico, 3-4 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, 1 Knoblauchzehe, 1 Prise Zucker

Kartoffeln, Rote Bete und Karotten am Vortag in der Schale gar kochen. Die Eier 8-10 Minuten kochen. Tomaten und das abgekühlte Gemüse in gleichmäßig große Würfel oder Scheiben schneiden. Gepellte Eier in Viertel schneiden. Alles auf einer Platte schön nach Farben anordnen und mit der Vinaigrette nappieren.

Chicoree-Apfel-Salat mit Kürbiskernpesto



3-4 Chicoreestangen, 2 säuerliche Äpfel [Braeburn, Cox Orange, Elstar], 1 reife Avocado, 4 EL Kürbiskerne, 2 EL Olivenöl, 3-4 EL Kürbiskernöl, 2-3 EL Orangenessig oder Balsamico, 1 Orange, Salz, Pfeffer

Den bitteren Kern im Chicorée-Strunk herausschneiden. Chicorée mit den ungeschälten, aber entkernten Äpfeln in dünne Scheiben schneiden. Mit Avocadowürfeln auf einem Teller anrichten.
Die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis sie zu knistern und zu duften beginnen. Anschließend mit Olivenöl, Kürbiskernöl, Salz und Pfeffer, Essig und evtl. etwas ausgepreßtem Orangensaft zu Pesto pürieren und über den Salat nappieren. Mit einigen gerösteten Nüssen oder Orangenscheiben. dekorieren.

Linsen-Tomaten-Salat



50 g braune Champagner- oder schwarze Beluga-Linsen, 3-4 Tomaten, 2 Salatherzen, Petersilie, Salz, Pfeffer, 3-4- EL Olivenöl, 2-3 EL Balsamico-Essig, 1 Prise Zucker, 1 TL feiner Dijon-Senf

Linsen in Salzwasser ca. 15-Minuten al dente kochen und kalt abspülen. Tomaten evtl. häuten, Kerne entfernen und in Würfel schneiden. Salatherzen waschen, auseinander pflücken und auf einer Platte anrichten. Tomaten und Linsen vermischen, auf dem Salat anrichten und mit einer Vinaigrette aus Petersilie, Essig, Öl, Senf, Pfeffer, Salz und Zucker nappieren. Dazu Schinken und Fladenbrot reichen.

Apfel-Avocado-Römersalat

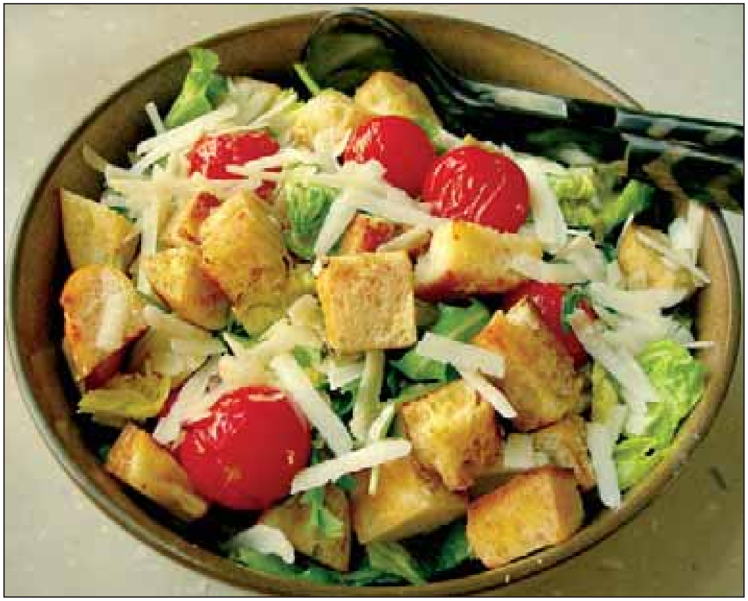


Saft von 2 Zitronen, 5 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, 1 grüner oder roter Apfel, 2 reife, aber feste Avocados, 1 Römersalat oder Kopfsalatherzen

Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer in einer Schüssel miteinander verrühren. Den Apfel entkernen, in dünne Spalten schneiden und zum Dressing geben. Die Avocados halbieren, den Stein entfernen, in der Schale mit einem nicht zu spitzen Messer in Würfel schneiden und dann das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Haut lösen und zu den Äpfeln geben.

Salat in mundgerechte Stücke schneiden, waschen und trocken schleudern und vorsichtig unter die Apfel-Avocado-Mischung heben, damit die Avocadowürfel nicht zu matschig werden.

Brotsalat [Italien]



60 g weiche Butter, 3 Knoblauchzehen, Salz, 1 Ciabatta-Brot, 100 g Parmesan, 2-3 Handvoll junger Blattspinat oder Romanosalat und etwas Rucola, 400 g Kirschtomaten, 12 EL Olivenöl, Pfeffer, 3 EL Zitronensaft, 2 TL abgeriebene Zitronenschale [unbehandelt], 2 EL weißer Balsamico, 1 Chilischote

Butter, zerdrückter Knoblauch und ¼ TL Salz in einer Pfanne verrühren. Ciabatta in 3 cm große Würfel schneiden und von allen Seiten in der Pfanne goldbraun rösten und beiseite stellen.
Parmesan grob hobeln. Spinat oder Salat putzen, waschen und trocken schleudern und bis auf einen Rest auf eine Platte oder in eine große Schüssel legen.
Kirschtomaten waschen. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, die Tomaten 1 Minute anbraten, bis sie aufplatzen. Salzen und etwas zuckern. Den Rest Spinat oder auch Salat in die Pfanne geben und ganz kurz zusammenfallen lassen.
Zitronensaft, Essig, Öl, 2 EL Wasser, Salz, Pfeffer und Zitronenschale gut vermischen und zu den Tomaten geben.
Brotwürfel auf den rohen Spinat verteilen, Tomaten mit dem Dressing dazugeben und gehobelten Parmesan darüberstreuen.

Mango-Flußkrebs-Salat

1 Mango, 125 g Flußkrebsschwänze, 1 kleiner Romanosalat, 4-5 EL Olivenöl, 3-4 EL Orangenessig, 1 TL Chilischrot oder 1 rote Chilischote mit oder ohne Kerne, Salz, Pfeffer, ½ TL Curry



Mango schälen und in kleine Würfel schneiden, Romanosalat klein schneiden, waschen und trocken schleudern. Mangowürfel, Salat und Flußkrebsschwänze vermischen und auf einer Platte oder in einer Schüssel anrichten. Salatsauce zubereiten aus Orangenessig, Olivenöl, Chili, Curry, Salz und Pfeffer und über den Salat nappieren.

Dazu Ciabatta oder Baguette reichen oder Salzige Waffeln oder Popovers [Seite 119].

Lauchsalat

4 mitteldicke Lauchstangen, 150 ml Gemüsebrühe, 1 Schuß trockener Weißwein, 3 EL weißer Balsamico oder gemischt mit Orangenessig, 6 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, einige Basilikumblätter, ½ getrocknete Chilischote, 1 TL Zucker, rosa Pfeffer



Die Wurzelenden der Lauchstangen abschneiden, aus jeder Stange drei gleich lange Stücke schneiden, gut waschen und in einem Brühe-Wein-Gemisch ca. 12-15 Minuten gardünsten.

Warm in eine Vinaigrette aus Öl, Essig, Pfeffer, Salz, Basilikumstreifen und klein geschnittener Chilischote legen und ca. 2 Stunden oder länger durchziehen lassen.
Zum Servieren mit rosa Pfeffer bestreuen und Baguette dazu reichen.

Auberginenröllchen



2 große Auberginen, 750 g reife Tomaten, 1 kleine rote Chilischote, 1 rote Paprika, 1 Zwiebel, Salz, Pfeffer, 50 g Weißbrot ohne Rinde, 3-4 Salbeiblätter, 500 g Rinder- oder Lammhackfleisch, evtl. einige Pfefferminzblätter, 100 g Feta [Schafskäse], 60 g Pinienkerne, Olivenöl

Von den Auberginen die Enden abschneiden und der Länge nach in sehr dünne Scheiben schneiden. Randscheiben weglassen oder klein gewürfelt später zur Füllung geben. Die anderen Scheiben nacheinander kurz in Öl braten, bis sie weich sind. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
Tomaten häuten, entkernen und ebenso wie Paprika und die evtl. entkernte Chili klein hacken. Ca. 30 Minuten in Öl in einer Pfanne auf kleiner Flamme zu einer Sauce einkochen, mit Pfeffer und Salz würzen. Zwiebeln klein hacken, Weißbrot unter kaltes Wasser halten, ausdrükken und alles mit dem Hackfleisch und evtl. der klein geschnittenen Minze und den Auberginenwürfeln vermengen, würzen und je 1-2 TL auf eine Auberginenscheibe geben und einrollen.
Etwas von der Sauce in eine ofenfeste Form geben, die Röllchen mit der Nahtseite in die Form legen, mit der übrigen Sauce begießen. Im vorgeheizten Ofen bei 200° ca. 30 Minuten backen. Nach 20 Minuten die gewaschenen und in Öl getunkten Salbeiblätter, den klein gewürfelten Feta und die Pinienkerne darauf verteilen. Dazu Fladenbrot oder Reis reichen.

Mangoldpfanne



1 kg Mangold, 1 kleine Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 rote Chilischote, ½ rote Paprika, 1-2 TL Zucker, Saft von ¼ Zitrone, 3 EL Olivenöl, Meersalz, Pfeffer, 3-4 EL Sahne

Den Mangold putzen. Die Stiele in feine Streifen schneiden. Blätter grob hacken. Chilischote hacken [für weniger Schärfe die Kerne entfernen], Paprika, Zwiebel und Knoblauch in kleine Würfel schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch, Chili und Mangold darin bei sehr hoher Hitze anbraten, langsam auf niedriger Hitze gar schmoren. Zucker zufügen und karamellisieren lassen. Die Sahne dazugeben, vermischen und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.
Variation: Die Stiele getrennt und im Ganzen oder große Stücke als ‘Stielmus’, ähnlich wie Spargel zubereiten. Die Blätter wie Spinat verwenden.
In Marokko gibt es die Mangold-Tagine, mit Zwiebeln, Koriander und Reis. Auch eine Variante mit Pinienkernen und Rosinen ist arabisch.

Wenn man den Mangold kurz blanchiert und dann mit kaltem Wasser abschreckt, behält er seine grüne Farbe.

Grünkohl

Herrlich deftiges Winteressen bei Jeanette in Hamburg

1 kg Grünkohl [der schon einmal Frost gehabt haben soll], 3-4 EL Schweine- oder Griebenschmalz, 125 g Dörrfleisch [magerer Speck], 2 mittelgroße Zwiebeln, 2 EL Zucker, je 1 Prise Muskat und Piment, Salz, Pfeffer, 1 TL mittelscharfer Senf, etwas Gemüsebrühe, 1 TL Backpulver





Den Grünkohl von den Rispen streifen, grob hacken, sehr gut waschen, 2 Minuten mit Backpulver blanchieren [damit die grüne Farbe bleibt], mit kaltem Wasser abschrecken, gut abtropfen lassen oder trocken schleudern. Zwiebeln und Dörrfleisch in Würfel schneiden, die Schwarte ganz lassen, im Fett anrösten, den Zucker zugeben, etwas karamellisieren lassen und dann den Grünkohl zufügen. Gut umrühren, mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen und die Gemüsebrühe zugeben. Zugedeckt auf kleiner Flamme ca. 1 Stunde dünsten lassen. Ab und zu umrühren.

Nach 1-2 Tagen aufgewärmt schmeckt der Kohl am besten. Dazu gehört in Norddeutschland Pinkel, eine geräucherte Hafergrützwurst. Kasseler und/oder polnische Räuchermettwürste, die man auf dem Kohl erhitzt, schmecken mit gebratenen kleinen Pellkartoffeln auch sehr gut. Dazu unbedingt einen klaren Schnaps und Bier trinken.

In Nordeutschland gibt es richtige „Grünkohl-Feste"!

Apfel-Orangen-Rotkraut



1 kg Rotkohl, 2 EL Gänseschmalz, 2 Lorbeerblätter, 1 Gemüsezwiebel, 1 unbehandelte Orange, 2 Äpfel, 4 EL Rotweinessig, 4 EL Butter, Salz, Pfeffer, 1 Prise Zimtpulver, 4 TL Zucker, 100 ml Rotwein, 2 Nelken oder 1 Prise Nelkenpulver

Äußere Rotkohlblätter entfernen, Kohl vierteln, den harten Strunk entfernen und die Viertel in feine Streifen schneiden. Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. Die Orangenschale abreiben und 10 EL Saft auspressen. Äpfel waschen, mit der Schale grob raspeln, sofort mit 2 EL Rotweinessig mischen.

Kohl und Zwiebel in Gänseschmalz anbraten. Mit Salz, Pfeffer, Nelken, Lorbeer und Zimt würzen, Zucker darüber streuen und kurz karamellisieren lassen. Äpfel, Essig, Rotwein, Orangenschale und Orangensaft zugeben. Zugedeckt bei mittlerer Hitze 30 Minuten garen, ab und zu umrühren, dann eventuell nachwürzen.

Süßkartoffelsalat



750 g Süßkartoffeln, 2 Karotten, 1 Bund Frühlingszwiebeln, 3 EL Olivenöl, 1 Messerspitze Kurkuma [Gelbwurz] oder Colorante [spanischer Safran-Würzersatz], ¼ TL Chilischrot, 1 TL Kreuzkümmel, etwas frisch geriebener Ingwer, 3-4 EL Orangenessig, 1 kleine Dose Maiskörner oder 1 Tasse aufgetaute Erbsen, Salz, Pfeffer, evtl. noch Balsamico-Creme und Olivenöl

Süßkartoffeln und Karotten schälen, würfeln und in Salzwasser 10-15 Minuten gar kochen.
Frühlingszwiebeln putzen, in dünne Scheiben schneiden und die Hälfte in einer großen Pfanne in Öl andünsten. Kurkuma oder Colorante, Chili, Kreuzkümmel, Ingwer, Zucker, Limettensaft und Orangenessig und etwas Wasser zugeben und in der offenen Pfanne 5 Minuten zu Sirup kochen. Pikant-süßlich abschmecken.
Die abgegossenen, noch warmen Kartoffeln und Karotten in den heißen Sud geben und kalt werden lassen.
Kartoffeln, Karotten, restliche rohe Frühlingszwiebeln und Mais/ Erbsen vermischen und den Salat mit Salz und Chili und evtl. noch Balsamico-Creme und Olivenöl abschmecken. Gut gekühlt mit Baguette servieren.

Die Maniok-Pflanze, auch Kassave genannt, ist ein Wolfsmilchgewächs des tropischen Regenwaldes und wird dort zur Stärkegewinnung angebaut. Man verwendet die gewonnene Stärke [Tapioka] der Wurzeln wie Mehl und verarbeitet die Wurzeln auch ähnlich wie Kartoffeln.

Maniok-Puffer [Afrika]



1 Maniokwurzel, 1 Gemüsezwiebel, 2 Knoblauchzehen, Pfeffer, Salz, etwas süßes Paprikapulver, 2 Eier, etwas Milch, 1 Bund glatte Petersilie
Die Maniokwurzel schälen [die Schale ist nicht zum Verzehr geeignet] und halb fein, halb grob in eine Schüssel reiben. Eier und Milch verschlagen und untermischen. Den dicklichen Teig mit geriebener Zwiebel, zerquetschtem Knoblauch, klein gehackter Petersilie, Pfeffer und Salz würzen.
In einer großen Pfanne in heißem Öl zu kleinen Puffern von beiden Seiten ausbacken und warm stellen.
Mit Bohnen-Tomatensauce [Seite 208] und/oder Salat servieren oder gleich aus der Pfanne knusprig vernaschen.



Pilzpfanne



Pro Person 100 g Pilze [Austernpilze, Champignons, Steinpilze], 1 mittelgroße Zwiebel, Salz, Pfeffer, 1 Becher Sahne, 1 Spritzer Zitronensaft, 1 Bund Petersilie

Pilze putzen, in gleichmäßige Stücke schneiden, Zwiebel klein schneiden und in Olivenöl glasig dünsten. Die Pilze zugeben und bei großer Hitze unter gelegentlichem Rühren anbraten. Salzen, pfeffern, mit Sahne ablöschen und reduzieren. Noch einmal abschmecken, mit Zitronensaft beträufeln und die gehackte Petersilie unterziehen.

Entweder mit Nudeln oder Reis servieren oder in Yorkshirepuddingform [Eierkuchenschiffchen] füllen [Seite 117].

Rote Bete und Karotten-Gemüse oder -Salat



500 g Rote Bete, möglichst klein, aber gleich groß, 3 Karotten, 2 Knoblauchzehen, ½ rote Zwiebel in Scheiben geschnitten, 1 Handvoll Majoran-, Oregano- und Pfefferminzeblättchen, Pfeffer und Salz, ½ TL gemahlener Kreuzkümmel oder normaler Kümmel, 10 EL Balsamico, 6 EL sehr gutes Olivenöl, 3-4 EL Orangensaft, 1 Spritzer Honig

Die ungeschälte Rote Bete in Salzwasser ca. 45 Minuten bißfest kochen.
Zwiebelscheiben in 3 EL Öl in einem Topf mit den klein gehackten Knoblauchzehen andünsten. Die Karotten schälen, längs in große Stifte schneiden und dazugeben. Pfeffern, salzen, den Orangensaft zugeben und zugedeckt auf mittlerer Flamme bißfest schmoren lassen.
Rote Bete häuten, in Viertel oder Achtel schneiden. Zusammen mit abgezupften Kräuterblättern, Balsamico und Öl zu den Karotten geben, alles gut vermengen, mit Pfeffer und Salz abschmecken. Mit frischer klein gehackter Minze bestreuen und warm als Gemüse servieren oder erkaltet als Salat, evtl. mit einem Klecks Crème fraîche dekoriert zu kurz gebratenem Fleisch servieren.

Variation: Man kann das Ganze auch in Alufolie oder Backpapier zubereiten. Dann die Karotten weglassen oder in größere Stücke schneiden. Rote Bete schälen, in Viertel oder Achtel teilen, auf eine doppelte Alufolie oder das Backpapier verteilen, gut pfeffern und salzen, Knoblauch und Kräuterblätter ganz lassen und darauf verteilen. Die Folienränder nach oben biegen, Essig, Öl und Gewürze über die Rote Bete geben und die Ränder so zusammenfalzen, dass alles gut verschlossen ist.
Im 200° heißen Ofen auf einem Blech ca. 50-70 Minuten garen. Kann ebenfalls heiß oder kalt serviert werden.

Ratatouille [Frankreich]

2 mittelgroße Auberginen, 3 große Fleischtomaten, 3 mittelgroße Zucchini, 3 rote oder gelbe Paprika, 3 Schalotten oder 1 Zwiebel, evtl. eine rote Chilischote ohne Kerne, 3 Knoblauchzehen, Olivenöl, Salz, Pfeffer, 3 frische Lorbeerblätter, Petersilie, frischer Thymian, 1 Rosmarinzweig



Das Gemüse putzen und in 3-4 cm große Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauch in Öl in einem großen Topf andünsten. Dann nach und nach in kleinen Portionen die Paprika, Auberginen, Zucchini hinzufügen. Kräftig würzen und immer wieder umrühren. Zum Schluß die Tomaten dazugeben und die Kräuter und alles zugedeckt ca. 40 Minuten garen. Die Kräuterzweige entfernen, die Ratatouille nochmal kräftig würzen und mit Baguette und kurzgebratenem Fleisch servieren.

Panierte Yamswurzel [Ghana]

Die Yamswurzel, in der afrikanischen, karibischen und orientalischen Küche verwendet, findet man in Afrika- oder Asialäden. Von der manchmal unangenehm riechenden Schale befreit, verwendet man die Yamswurzel wie Kartoffeln. Ähnlich ist auch Kassava [Maniok] zuzubereiten. [Seite 147]





1 Yamswurzel [ca. 1 kg], 100 g Mehl, Salz, je ½ TL Zimt, Paprikapulver, schwarzer Pfeffer, 2 Eier, Öl zum Fritieren

Yamswurzel schälen [die Schale ist nicht zum Verzehr geeignet] in fingerdicke Scheiben schneiden und in Salzwasser wie Kartoffeln zum Kochen bringen. Bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten bißfest garen, dann in ein Sieb abgießen.

Mehl, Salz und Gewürze auf einem Teller gut vermischen und auf einem zweiten Teller die Eier verklöppeln. Die Scheiben in Mehl, Eiern und wieder in Mehl wälzen, im Wok oder in der Pfanne in heißem Öl goldbraun ausbacken und zu kurzgebratenem Fleisch mit etwas Sauce oder mit gemischtem Salat reichen oder einem Minze-Chutney [Seite 211].

Gefüllte Zucchini



3-4 mittelgroße Zucchini, 4 hellrote Paprikaschoten, 2 Tomaten, ½ Chilischote mit oder ohne Kerne, 750 g Hackfleisch, 2 Scheiben Toast ohne Rinde, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 Ei, Salz, Pfeffer, Edelsüßpaprika, Olivenöl, Bacon oder Frühstücksspeck

Die Zucchini waschen, die Enden abschneiden und der Länge nach mit dem Sparschäler dünne Scheiben abhobeln. Die grünen Randscheiben weglassen. Pro Person einen gefetteten Edelstahl-Ring [7-8 cm Ø] überlappend mit gesalzenen Zucchinischeiben auskleiden.
Restliches Zucchinifleisch, Zwiebel, Knoblauch und 1 Paprikaschote in sehr kleine Würfel schneiden und kurz in Olivenöl andünsten. Abkühlen lassen und dann mit dem Hackfleisch, dem eingeweichten und ausgedrückten Toast, dem Ei, Salz, Pfeffer und Paprika gut vermengen. Abschmecken und etwas über Randhöhe in die Zucchiniringe füllen. Im 200° heißen Ofen ca. 15-20 Minuten backen.
Die restlichen Paprikaschoten, Chili und Tomaten in kleine Würfel schneiden und in wenig Salzwasser ca. 20 Minuten köcheln lassen. Dann durch ein Sieb passieren, mit Pfeffer, Salz und Paprika pikant abschmecken. Die Ringe auf Teller setzen, abziehen, die gefüllten Zucchini mit der Paprikasauce nappieren und mit gedrehten Baconscheiben dekorieren, die zwischen Haushaltpapier in der Mikrowelle bei 380 W ca. 2-3 Minuten knusprig gebacken wurden. Dazu Reis oder Kartoffelbrei reichen.
Variation: Vegetarier verwenden statt Hackfleisch gekochten Reis mit klein gehackten und pikant gewürzten Zucchinistücken.

Slimane bayildi [türkischer Auberginenauflauf]

imam Bayildi – Der Sultan fiel in Ohnmacht – ein typisches und berühmtes türkisches Gericht – wurde hier etwas abgewandelt.



Pro Person 1 mittelgroße Aubergine, 4 EL Olivenöl, 500 g Rinder- oder Lamm-Hackfleisch, 1 Zwiebel, 2 Chilischoten, Pfeffer, Salz, Paprika, 2-3 Fleischtomaten, 3-4 Knoblauchzehen, Olivenöl, 1 EL Tomatenmark, Petersilie

Die Enden der Auberginen abschneiden und die 'Eierfrüchte' der Länge nach in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Salzen und nach 10 Minuten abtrocknen. Mit Mehl bestäubt in einer beschichteten Pfanne in [relativ viel] Olivenöl auf beiden Seiten braten. Auberginenscheiben aus der Pfanne nehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Das Fruchtfleisch von einigen Scheiben oder von den kleineren Randstücken klein hacken, braten und später unter die Füllung mischen.
Hackfleisch in Olivenöl feinkrümelig anbraten. Zwiebel schälen, fein würfeln, Chilischoten, evtl. entkernt, klein schneiden und beides zum Rinderhack geben. Fleischtomaten evtl. häuten, in Würfel schneiden und mit dem Koblauch zum Hackfleisch geben. Tomatenmark unterrühren und die fein gehackte glatte Petersilie. Alles mit Pfeffer, Salz, Paprikapulver pikant würzen.
Hackmasse mit den begratenen Auberginenwürfelchen mischen. In einer feuerfesten Form immer abwechselnd nebeneinander Auberginenscheiben und Hackmischung schichten. Im vorgeheizten Ofen bei 180° ca. 25-30 Minuten backen.
'Slimane bayildi' mit frischer Petersilie bestreuen und mit Reis und/oder mit Baguette servieren. [Vegetarier siehe oben]

Zucchini mit Chermoula [Marokko]



3-4 mittelgroße Zucchini, je ½ Bund glatte Petersilie und Koriandergrün, 3 EL Zitronensaft

Zucchini waschen, Stiel- und Blütenansatz abschneiden, der Länge nach oder quer in dünne Scheiben schneiden und in eine große flache gefettete Gratinform schichten.

Würzmischung Chermoula: 1 große Zwiebel, 2-3 Knoblauchzehen, je ½ TL Edelsüßpaprika und Kreuzkümmel, 1 Prise Cayennepfeffer oder geschroteter Chili, Pfeffer, Salz, 6 EL Olivenöl, 2 EL Zitronensaft, Salz, Pfeffer

Zwiebel und Knoblauch klein würfeln, die Gewürze, Essig, Öl und 2 EL kaltes Wasser zugeben, alles gründlich vermischen oder pürieren und über die Zucchinischeiben verteilen. Im Ofen bei 200° ca. 18-20 Minuten dünsten. Vor dem Servieren die klein gehackten Kräuter und den Zitronensaft über die Zucchini geben. Lauwarm oder kalt mit Fladenbrot servieren.

Gefüllte Tomaten



Pro Person 1-2 Fleischtomaten, ca. 400 g Lamm- oder anderes Hackfleisch, 1 Zucchini, 1 Gemüsezwiebel, 5 Knoblauchzehen, Pfeffer, Salz, ½ altes Brötchen, 1 Bund glatte Petersilie, 1 Ei, 75 g geriebener Parmesan, Olivenöl, 1 Beutel Mozzarella, evtl. 2 EL Sahne, Basilikumblätter

Brötchen in Wasser einweichen. Von den Tomaten an der Oberseite einen Deckel abschneiden. Inneres herauskratzen. Tomaten innen salzen und pfeffern. Das Tomaten-Innere einkochen lassen, durch ein Sieb streichen, würzen und abkühlen lassen. Zwiebeln fein würfeln.
In einer Gratinform Olivenöl erhitzen, die Zwiebeln und die Hälfte des klein gehackten Knoblauchs glasig dünsten. Die in Scheiben geschnittenen Zucchini zugeben und anbraten. Pfeffern und salzen und in der Gratinform verteilen.

Das Brötchen ausdrücken und mit dem Hackfleisch, der klein gehackten Petersilie, dem Tomatenmark, dem Ei, dem Rest Knoblauch und dem Parmesan mischen und abschmecken. Die Masse in die Tomaten füllen und auf das Zucchinibett setzen. Den Tomaten-Deckel schließen und den in Scheiben geschnittenen Mozzarella darauflegen. In die Form 2 EL Sahne gießen.
Im Backofen bei 225° ca. 25-40 Minuten garen und überbacken. [Es kommt auf die Größe der Tomaten an]. Evtl. am Schluß noch den Grill dazuschalten. Mit Basilikumblättern dekorieren und Reis dazu reichen.

Spargel-Variationen



a: Spargel schälen, in 5 cm langen Stücken oder im Ganzen in eine feuerfeste Form legen, salzen, leicht zuckern und [evtl. mit 3 EL Orangensaft oder 1 Scheibe durchgedrückter Mango] mindestens ½ Stunde Saft ziehen lassen. Abdecken und im Ofen bei 180° ca. 15-18 Minuten bißfest garen. Dazu neue Pellkartoffeln 10-15 Minuten kochen, in Spalten schneiden und in Olivenöl knusprig braten [Seite 102 unten Variation] und mit **Sauce Hollandaise*** mit einem Hauch weißer Schokolade [! nach Bernhard Reiser] servieren.

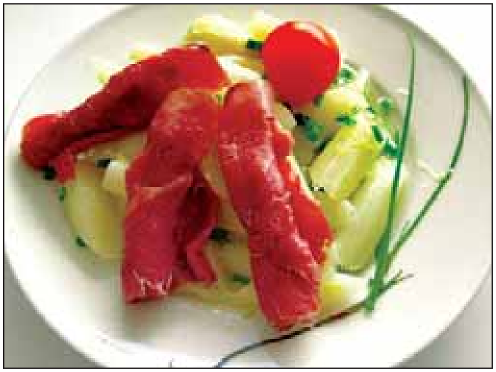
b: Geschälten weißen und/oder grünen Spargel in 5 cm langen Stücken oder im Ganzen in Butterschmalz oder leichtem Olivenöl in einer beschichteten Pfanne goldgelb braten, mit Salz und Prise Zucker abschmecken. Dazu flüssige oder gebräunte Butter oder **Sauce Hollandaise*** reichen



Variation I*:* 2 EL fein gehacktes Basilikum, etwas abgeriebene Zwiebel, 6 EL Sahne, 6 EL Crème fraîche, Salz, Pfeffer, Zucker mischen und leicht schlagen. Sauce kalt mit etwas abgeriebener Orangenschale zum weißem und grünem Spargel servieren.



Variation II: Sauce Hollandaise* mit 1 EL Krebsbutter und 3-5 EL Wasser vermischen. Dazu kurz in Butter oder Olivenöl und einem Hauch Knoblauch gebratene Garnelen und Bratkartoffeln aus Pellkartoffeln vom Vortag reichen.



Variation III: [Spargelsalat] Geschälten Spargel in 6 cm lange, schräg abgeschnittene Stücke schneiden und wie oben zubereiten, aber nur ca. 13-15 Minuten dünsten. Abtropfen lassen und noch warm in eine Marinade aus 3 EL Orangenessig, 1 EL Orangensaft, 2 EL Olivenöl geben, pfeffern und salzen und zugedeckt durchziehen lassen.
Zum Servieren mit Schnittlauchröllchen und abgeriebener Orangen- oder Zitronenschale bestreuen und mit Schinken oder Roastbeefrollen garnieren.

***Sauce Hollandaise:** 200 g Butter schmelzen. 4 Eigelb, 4 EL Weißwein, 4 EL Brühe [z. B. Spargelsud] im Wasserbad oder sehr vorsichtig auf kleiner Flamme cremig-schaumig aufschlagen. Zuerst tropfenweise, dann nach und nach die flüssige, abgeschäumte Butter unterrühren. Vorsichtig, die Sauce darf nicht zu heiß werden! Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Evtl. mit Kräutern, geschlagener Sahne, Crème fraîche, Senf, Orangensaft etc. variieren und schnell servieren.



300 g Karotten, 1 kleiner Weißkrautkopf oder Spitzkohl, etwas Gemüsebrühe, Niter kebbeh [Seite 211] oder Olivenöl, Salz, Pfeffer, ½ TL gemörserte Korianderkörner, 5 Korianderwurzeln [vom frischen Koriandergrün aus dem Asia-Laden], ½ TL frisch geriebener Ingwer, ½ TL geriebene Muskatnuß, 1 Prise Zucker

Geschälte Karotten in dünne Scheiben schneiden, Weißkraut oder Spitzkohl hobeln. In Niter kebbeh oder Öl etwas anschwitzen, mit den Zutaten würzen und mit wenig Gemüsebrühe ablöschen. Ca. 15 Minuten bißfest dünsten. Die Wurzeln vor dem Servieren herausnehmen. Das Gemüse mit frischen, gehackten Korianderblättern bestreuen.

Ein paar andere Gewürze und schon schmeckt ein „banales" Weißkraut köstlich!

Fenchelgemüse



Pro Person eine Fenchelknolle, 100 g Frühlingszwiebeln, 4 fest-säuerliche, rotschalige Äpfel [Cox-Orange, Braeburn], 2 EL Butterschmalz, 2 frische Lorbeerblätter, Salz, Pfeffer, ½ TL gemörserter Fenchel- oder Anissamen, 150 ml herber Cidre oder Gemüsebrühe

Fenchel putzen, waschen, halbieren und längs in dünne Scheiben schneiden. Das Fenchelgrün beiseite stellen zum Garnieren. Zwiebeln putzen, längs halbieren und in 4 cm lange Stücke schneiden. Die Äpfel waschen, vierteln, entkernen und in 1 cm breite Spalten schneiden.
In einer großen Pfanne die Fenchelscheiben in Butterschmalz anbraten. Dann Apfelspalten, Lauchzwiebelstücke, Fenchelsamen und Lorbeerblatt zugeben. Alles unter gelegentlichem vorsichtigen Wenden 5 Minuten dünsten. Mit Cidre oder Brühe ablöschen und noch etwas weiter bißfest garen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.
Dazu gebratenes Hähnchenbrustfilet und Butterkartoffeln oder Kartoffelbrei servieren.



Variation: 3 Fenchelknollen putzen, waschen, halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden. 1 kleine Zwiebel und 1 Knoblauchzehe in Würfel schneiden und in Butterschmalz andünsten. 1 TL Zucker zugeben und karamellisieren lassen, Fenchel dazugeben, eine Prise Safran oder Colorante, gemörserten Fenchelsamen, Pfeffer, Salz und später etwas Gemüsebrühe und alles gar dünsten.

Zu kurz gebratenem Fleisch [hier Minutensteak vom Rind mit Sauce aus 2 EL Sahne, mit dem Bratensatz in der Grillpfanne vermischt] oder auch zu Fisch reichen, in einen Servierring füllen und auf dem Fleisch oder Fisch anrichten.

Brokkoli-Blumenkohl-Quiche



Für den **Mürbeteig**: 200 g Mehl, 1 Ei, ½ TL Salz, Salz, 5 EL Wasser oder Milch, 80 g kalte Butter
Für den **Belag**: 400 g Blumenkohl, 400 g Brokkoli, 200 g gekochter Schinken, 100 g Gruyère oder Gouda, grob geraspelt
Für den **Guß**: 1 Becher Sahne, 4 Eier, Muskatnuß frisch gerieben, weißer Pfeffer frisch gemahlen, Salz

Aus den Zutaten für den Mürbeteig einen glatten Teig zubereiten. Den Teig auf etwas Mehl rund ausrollen und in eine Springform von 26 cm Ø geben. Den Rand etwa 3 cm hochziehen und gut festdrücken. Den Boden mehrmals mit einer Gabel einstechen. Den Teig in der Form etwa 45 Minuten kühl stellen.
Inzwischen den Blumenkohl und den Brokkoli putzen, in kleine Röschen zerteilen und waschen. Die Röschen portionsweise in reichlich kochendem Salzwasser je ca. 5 Minuten blanchieren. Mit einem Schaumlöffel herausheben und in einer Schüssel mit eiskaltem Wasser abschrecken, damit sie die Farbe behalten und nicht weiter garen. Die Röschen in einem Sieb gut abtropfen lassen. Den Schinken in Würfel schneiden. Den Backofen auf 200° vorheizen.
Blumenkohl- und Brokkoliröschen mit Käse und Schinken auf dem Teig verteilen.
Für den Guß die Sahne mit den Eiern verquirlen, mit Muskatnuß, Pfeffer und Salz pikant würzen und über die Quiche gießen.
Ca. 40 Minuten backen. Vor dem Anschneiden etwa 10 Minuten ruhen lassen und mit Tomatensalat servieren.

Ausgebackene Blumenkohlröschen



1 Blumenkohl, 2-3 Eier, 80 g Mehl, ca. 100-150 ml trockener Weißwein oder Wasser oder Milch, Pfeffer, Salz, je 1 Prise Curry, Muskat und Edelsüßpaprika, Fritieröl

Blumenkohl in Röschen teilen und in Salzwasser und 1 EL Essig ca. ½ Stunde liegen lassen, abgießen und in viel Salzwasser bißfest kochen. Mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser holen und gut abtropfen und abkühlen lassen.
Aus den anderen Zutaten einen nicht zu dünnflüssigen, pikant abgeschmeckten Eierkuchenteig mischen. Die Röschen durch den Teig ziehen und in einem kleinen Topf mit heißem Öl oder in der Friteuse goldbraun ausbacken.
Warm oder kalt auf Salatblättern servieren. Evtl. eine leichte Joghurt-Mayonaise dazu reichen.

Würziges Karottengemüse



500 g Karotten, 2-3 Schalotten, 3 EL Butter, 1 TL Currypulver, 1 EL gemahlene Korianderkörner, 200 ml Orangensaft, 2 cm Ingwer wurzel, Salz, Pfeffer, Zucker, 1 EL frischer Koriander

Die Karotten putzen und in schräge Scheiben schneiden. Schalotten klein würfeln und in Butter anschwitzen, Currypulver und gemahlene Korianderkörnerund Zucker zugeben, vorsichtig mitschwitzen lassen, mit Orangensaft ablöschen und aufkochen lassen. Die Karotten zugeben und im geschlossenen Topf bißfest weitergaren. Den Ingwer schälen, fein reiben und zu den Karotten geben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
Kurz vor dem Anrichten frisches, gehacktes Koriandergrün zugeben.
Paßt zu kurz gebratenem Fleisch oder zu Kartoffelbrei.

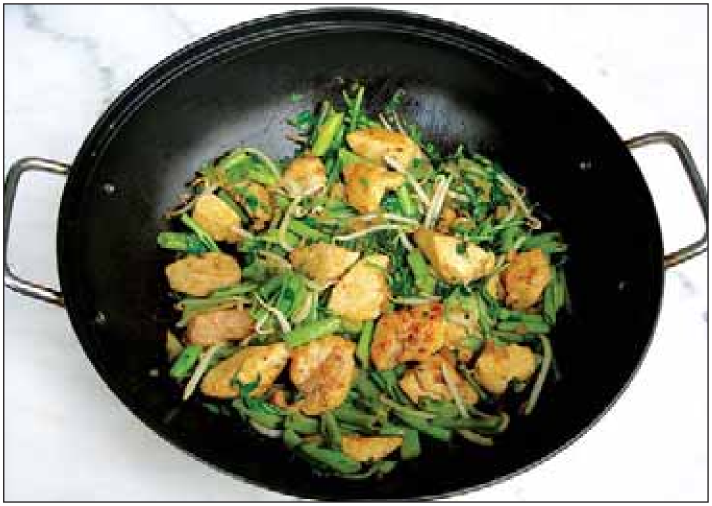
Ein paar Gewürze dazu – und hmmm!!!

Und manchmal den Mut zu Neuem haben...

Thaigemüse im Wok



1-2 Bund Thaigemüse [Krangkung, wächst im Wasser] aus dem Asia-Laden, 1 Beutel Sojabohnenkeimlinge, 1 Bund frisches Koriandergrün, 1 mittelgroße Zwiebel, 2-3 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, 1-2 TL Chinagewürz, Olivenöl



Das Thaigemüse waschen und in ca. 4-5 cm lange Stücke schneiden, das Koriandergrün grob hacken [auch die gesäuberten Wurzeln verwenden!]. Zwiebel und Knoblauch klein hacken. Öl im Wok erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und glasig dünsten, dann die Wurzelstücke des Krangkung dazugeben und unter Rühren knackig gar dünsten. Salzen, pfeffern und mit dem Chinagewürz abschmecken. Zum Schluß die Blätter des Krangkung und die Sojabohnenkeimlinge unterheben und kurz mitdünsten.

Marinierte Hühnerwürfel [Seite 120] extra zubereiten und dazu servieren.

Thai-Gemüsepfanne mit Garnelen

1 Paket TK-Garnelen oder 250 g frische, 2 Knoblauchzehen, ½ Kopf Eisbergsalat, 125 g Sojabohnenkeimlinge, 2 Tassen TK-Erbsen, 125 g Zuckerschoten, 3-4 Zweige Thaibasilikum, ½-1 TL Thai-Gewürzmischung, Pfeffer, Salz, Olivenöl



Die Garnelen evtl. auftauen lassen, in einem Wok oder einer großen Pfanne in heißem Öl anbraten, klein gehackten Knoblauch zugeben und nach ca. 4 Minuten alles aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Zuckerschoten kurz blanchieren.
Nochmals Öl in den Wok geben, die gefrorenen Erbsen, den in Stücke geschnittenen Salat, die Zuckerschoten und die Sojabohnenkeimlinge knackig gar dünsten. Salzen, pfeffern und mit Thaigewürz abschmecken. Die Garnelen wieder in den Wok geben und mit dem klein geschnittenen Basilikum kurz untermischen.
Mit Reis, Baguette oder Fladenbrot servieren.

Variation: Evtl. 1 kleine Dose Kokosmilch [150 ml] in einem kleinen Topf etwas einkochen lassen, würzen und erst kurz vor dem Servieren zum Gemüse geben, damit die Gemüse noch knackig bleiben. Abschmecken und mit Reis servieren.

Gebratenes Radicchiogemüse [Italien]



Pro Person ½-1 Radicchio, 2 kleine rote Zwiebeln, 5 EL Olivenöl oder Butterschmalz, grobes Meersalz, Pfeffer, evtl. etwas Zucker, Zimt und Nelkenpulver, 100 g schon geschnittene Speckwürfel oder Baconstreifen

Radicchio putzen und die äußeren Blätter entfernen, längs vierteln. Gut waschen und abtrocknen. Speck evtl. in feine Streifen schneiden, Zwiebeln in dünne Scheiben schneiden.
In einer großen Pfanne das Öl oder Butterschmalz erhitzen, Zwiebeln 3 Minuten anbraten, dann den Speck dazutun und ebenfalls ca. 3 Minuten braten. Die Radicchiostücke dazugeben und auf jeder Seite nur ganz kurz anbräunen. Mit Pfeffer, grobem Meersalz und evtl. Zucker, Zimt und Nelkenpulver abschmecken. Heiß als Beilage zu gebratenem oder gegrilltem Fleisch oder Fisch reichen.
Variation: Ebenso gut kann man in Scheiben geschnittenen Eisbergsalat oder halbierte Kopfsalatherzen verwenden. Dann nur Pfeffer, Salz und evtl. etwas Paprika als Gewürz verwenden.



600 g Weißkraut, 3 Karotten, ½ TL Kreuzkümmel, 3 getrocknete Chilischoten oder 1 frische, 1 TL Currypulver, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 Handvoll Korinthen, Salz, Pfeffer, 2 EL Zitronensaft, 1 Prise Zucker, Niter kebbeh [Seite 211] oder Butterschmalz

Weißkraut in feine Streifen, Karotten in dünne Stifte schneiden oder grob raspeln, Zwiebeln in Scheiben schneiden, Knoblauch klein hacken.
Kreuzkümmel, Curry und Chili in Butterschmalz rösten, Zwiebeln, Knoblauch und Zucker dazugeben und ebenfalls anrösten. Dann Kohl und Karotten zufügen, etwas Wasser und die Korinthen zugeben und unter gelegentlichem Rühren gar dünsten. Salzen, pfeffern und mit Zitronensaft und Zucker abschmecken.
Als Beilage zu Rinderbraten oder Gulasch oder als Hauptgericht mit Bratwurst reichen.

Wenn man den Kürbis bekommt – zugreifen!
Meiner Geschmacksrichtung nach der beste vor Hokkaido!

Orangen-Kürbisspalten





1 Moschuskürbis, 80 ml Olivenöl, 200 ml frischer Orangensaft, Salz, Pfeffer, 150 g Schalotten, 6 Knoblauchzehen, 2 frische Lorbeerblätter, 2-3 kleine Rosmarinzweige, Kürbiskerne

Den Kürbis halbieren, entkernen und die weichen Fasern entfernen. In 1-2 cm breite Spalten schneiden.
Olivenöl und Orangensaft verrühren, pfeffern, salzen und die Kürbisspalten darin etwa ½ Stunde marinieren.
Schalotten schälen, halbieren oder in Würfel schneiden, mit Knoblauchscheiben in Öl andünsten. Die Kürbisspalten mit Zwiebeln und Knoblauch, Lorbeer und Rosmarin in ein großes flaches feuerfestes Gefäß [Saftpfanne] auslegen, mit dem Orangen-Sud begießen und bei 200° im heißen Ofen 35-40 Minuten backen. Den Kürbis öfter begießen bzw. mit Alufolie zudecken. Zum Servieren auf eine Platte legen und mit gerösteten Kürbiskernen [ohne Fett] bestreuen.

Zu [Wild]-Frikadellen oder kurzgebratenem Fleisch paßt zusätzliche **Orangen-Jus**: 25 g Zucker karamellisieren, mit 300 ml Orangensaft ablöschen und kochen, bis der Zucker gelöst ist. 1 ½ EL Balsamico zugeben und alles auf ca. 80 ml Flüssigkeit einkochen und abkühlen lassen.

Variation: Statt Lorbeer, Rosmarin und Kürbiskerne Minze, Zitrusschale und Pinienkerne verwenden.

Kürbis-Rosinen-Gemüse

1 kg Hokkaido-Kürbis [netto], 80 g Rosinen, 40 g Niter Kebbeh [Seite 211] oder Butterschmalz, ½ Gemüsezwiebel, 2 cm Ingwerwurzel, 3 Nelken, 2 frische Lorbeerblätter, Salz, Pfeffer, Zucker, 2-3 EL Weißweinessig oder weißer Balsamico



Kürbisfleisch mit Schale in 2-3 cm große Würfel schneiden. Rosinen waschen und in 200 ml Wasser einweichen. Zwiebel grob klein schneiden und in Butterschmalz in einen breiten Topf bei mittlerer Hitze anbraten. Ingwerwurzel schälen, in dünne Scheiben schneiden, mit Nelken, Lorbeer und Kürbiswürfeln zu den Zwiebeln geben und ebenfalls unter Rühren anbraten. Rosinen samt Einweichwasser zugeben. Alles mit Salz, Pfeffer, Zucker, Essig kräftig abschmecken und zugedeckt ca. 25-35 Minuten dünsten. Einmal vorsichtig umrühren. Zu kurz gebratenem Fleisch oder auch gedünstetem Fisch reichen.

Glasierte Süßkartoffeln

800 g orangefarbene, möglichst kleine Süßkartoffeln, 90 g Butter, 1 Gemüsezwiebel, 90 g feiner brauner Zucker, 1 EL Zitronensaft, 125 ml Orangensaft, je 1 Prise Zimt und Nelke, gemahlen, Pfeffer, Salz, 1-2 TL abgeriebene Zitronenschale



Den Backofen auf 200° vorheizen.
Süßkartoffeln schälen, quer in dünne Scheiben schneiden oder große Scheiben vierteln und in Salzwasser 8-10 Minuten garen. Abgießen und in eine gebutterte feuerfeste Form geben.
In einer Pfanne die klein gehackte Zwiebel in Butter glasig dünsten, Zucker zugeben und leicht karamellisieren lassen, mit Zitronen- und Orangensaft ablöschen. Pfeffer, Salz, Zimt, Nelke unterrühren, über die Kartoffeln gießen und etwas unterrühren.
Die Zitronenschale über die Kartoffel streuen und diese 15-30 Minuten ohne Deckel backen, bis die Oberfläche leicht knusprig wird. Evtl. kurz vor Schluß mit Pinienkernen oder gehackten Pecannüssen bestreuen.
Paßt sehr gut zu kurz gebratenem Fleisch [Lamm- oder Schweinkotelett, Huhn, Pute] und gehört in Amerika zum „Thanksgiving-Day-Essen“.



Desserts

Avocadomousse



2 reife schwarze Avocado, 1 TL geriebene Limettenschale, 5-6 EL Limettensaft, 50 g Puderzucker, 120 ml Sahne, 1-2 EL Zucker, Zitronenmelisse

Die Avocados halbieren, die Kerne entfernen, das Fruchtfleisch mit dem Messer bis an die Schale in Würfel schneiden und diese mit einem Löffeln aus der Schale lösen. Fruchtfleisch, Limettenschale und -saft und Puderzucker in ein hohes Gefäß geben und mit dem Mixstab fein pürieren.
Sahne mit Zucker steif schlagen und gleichmäßig unter die Avocadocreme heben. Die Creme in Schälchen füllen und kalt stellen. Mit Zitronenmelisse dekoriert servieren.

Crema caramella [Italien]



100 g Zucker und ½ TL Butter in einer Pfanne oder einem Töpfchen karamellisieren lassen, vorsichtig, sehr heiß und bräunt noch nach. Sofort in 6-8 Förmchen oder kleine Tassen gießen und mit einem Löffelrücken an deren Boden und Wänden verteilen.
3 ganze Eier und 3 Eigelb, ½ ausgekratzte Vanilleschote, 100 g Zucker mit dem Schneebesen gut verrühren, aber nicht schaumig schlagen.
¼ l Milch, ¼ Sahne zum Kochen bringen und nach und nach unter die Eiermischung gießen. Achtung, keinen Schaum entstehen lassen, sonst entstehen Löcher in der Creme!
In die Förmchen oder Tassen gießen und diese auf einen Rost in die Mikrowelle stellen. Bei 600 W ca. 3 Minuten garen und bei 360 W noch ca. 10 Minuten. Aufpassen dabei, das Eigelb arbeitet stark. Evtl. die Förmchen austauschen, damit sie gleichmäßig gegart sind.
Ohne Mikrowelle: Die Förmchen in eine Backpfanne stellen, bis ¾ der Förmchenhöhe kochendes Wasser angießen, mit Alufolie zudecken und im Ofen bei 180° ca. 40-60 Minuten garen, bis die Masse fest geworden ist. In der Form im Kühlschrank erkalten lassen.
Am nächsten Tag zum Servieren aus der Form stürzen. [Der Karamellsatz hat sich inzwischen gelöst].



Variation: Crème brûlée
Die gleiche Crème wie oben zubereiten, aber ohne Karamell. Durch ein feines Sieb in flache Schälchen gießen und im vorgeheizten Backofen bei 100° 50-60 Minuten garen. Für mindestens 2 Stunden kühl stellen. Vor dem Servieren die Crème gleichmäßig mit 50 g braunem oder weißem Zucker bestreuen und mit dem Bunsenbrenner goldbraun und knusprig karamellisieren.
Dazu marinierte Früchte reichen wie Himbeeren mit Orangenlikör oder Eis nach Belieben.

Baiser-Zitronen-Parfait auf Kumquatsauce



8 Baiserschalen oder 100 g kleinere Baisers, 300 ml ungesüßter Naturjoghurt, evtl. 100 g Mascarpone, je ½ TL abgeriebene Zitronen, Limonen und Orangenschalen, 2 EL Orangenlikör und/oder -sirup, nach Geschmack etwas Zucker
Sauce: 100 g Kumquats, 100 ml Orangensaft, je 2 EL Zitronen- und Limonensaft, 2-4 TL Zucker, 1 TL Butter, evtl. 1 EL Orangenkonfitüre und -Sirup [Monin]

Joghurt, [Mascarpone], Zucker, Likör und/oder Sirup verrühren. Die Baisers in kleine Stücke zerbröckeln und die Joghurtmasse vorsichtig mit den Baiserstücken vermischen. In vier Portionsförmchen füllen, glatt streichen und für ca. 3-5 Stunden einfrieren.



Für die **Sauce** die Kumquats in Scheiben schneiden und entkernen. Zucker mit Butter in einem kleinen Topf karamellisieren. Mit dem Orangensaft ablöschen und etwas einkochen lassen, die Früchte zugeben und köcheln, bis die Früchte weich sind. Abkühlen lassen. Zum Servieren das Parfait direkt aus dem Gefrierfach vorsichtig auf einen Teller stürzen [kurz mit der Unterseite in heißes Wasser tauchen] und mit der Kumquatsauce nappieren. Mit Limonenzesten verzieren.
Variation: Auf der Kumquatssauce kann man auch gekauftes Eis servieren. [Vanille-, Walnuß oder Orangen-Vanille-Eis]

Die Farben der Welfen [Deutsche Dynastie seit dem 9. Jahrhundert] sind gelb-weiß.
Eine geliebte Nachspeise meiner Mutter, bitte immer mit viel Weincreme!!!

AMAs Welfenspeise



Weiße Creme: ½ l Milch, 40 g Zucker, 1 Pk Vanillezucker oder ½ ausgekratzte Vanilleschote, 40 g Mondamin, Saft von einer halben Zitrone oder Limette, 3 steif geschlagene Eiweiß.
2/3 der Milch mit dem Zucker und der Vanille aufkochen. Mondamin mit der restlichen Milch verrühren, dazugeben und unter Rühren aufkochen lassen. In kaltem Wasserbad unter gelegentlichem Umrühren abkühlen lassen, dann vorsichtig die steif geschlagenen Eiweiße unterheben und die Masse in eine mit kaltem Wasser ausgespülte Schüssel oder Schale geben.

Gelbe Creme*:* 6 Eigelb, 160 g Zucker, ½ l Weißwein, Saft von ½ halben Zitrone oder Limette, 2 gehäufte EL Mondamin.
Alle Zutaten im Wasserbad oder auf kleiner Flamme mit dem Schneebesen dicklich aufschlagen. Abkühlen lassen und vorsichtig über die weiße Masse gießen. Die beiden Farben dürfen sich nicht vermischen. In der Schale servieren.

Schokoladentrüffel-Dessert

Ein Traum – aber ein üppiger!!!



Boden: 80 g Pekannüsse, 80 g Löffelbisquit, 1 EL Kakaopulver, 3 TL feiner brauner Zucker, 1 EL Rum, 30 g zerlassene Butter, 40 g zerlassene Bitterschokolade
Füllung: 200 g Schokolade [70% Kakaoanteil], 30 g Butter, 3 EL Milch oder Sahne, 3 Eigelb, 1 EL Zucker, 1 Becher Sahne

Boden und Rand einer angefeuchteten Kuchenform von 24 cm Ø mit einem rund- und am Rand eingeschnittenen Backpapier auslegen. Nüsse und Bisquits für den Boden in einer Küchenmaschine in kurzen Intervallen zu einer gleichmäßig krümeligen Masse verarbeiten. Diese mit den anderen Zutaten vermischen und mit der flachen Hand in die Form drücken und diese kühl stellen.
Für die Füllung Milch oder Sahne, Schokolade und Butter erwärmen und glattrühren. Nach Abkühlung [sonst setzt sich Fett ab] die gut verrührten Eigelb zugeben, gut unterrühren und dann nach und nach die steif geschlagene Sahne unterheben. Auf dem Kuchenboden verteilen und zum Festwerden ins Tiefkühlfach stellen.

Schokoladen-Tartufo

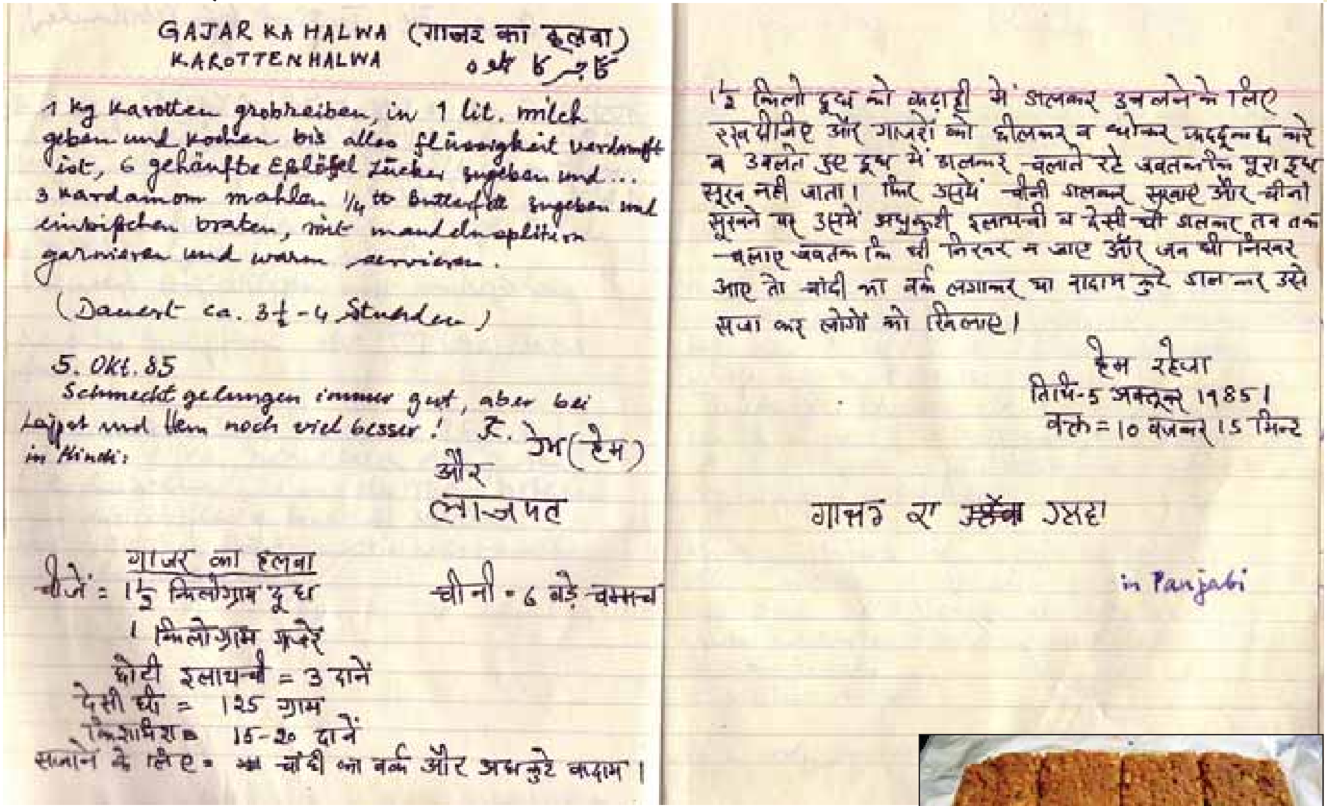


100 g Schokolade [70 % Kakaoanteil], 100 g Butter, 100 g Zucker, 3 Eier, 1 Prise Salz, je 1 Msp. Cayennepfeffer und Raga Yogi Tee [Ingwer, Zimt, Kardamom, Nelke, Piment], 40 g Mehl, Butter und Zucker für die Förmchen, Puderzucker zum Bestäuben

6 Portionsförmchen oder Muffinformen mit reichlich Butter ausfetten, mit Zucker bestreuen und bis zur Verwendung in den Gefrierschrank stellen. Schokolade zerkleinern und mit Butter in einem nicht zu heißen Wasserbad oder in der Mikrowelle schmelzen.

Eier und Zucker mit 1 Prise Salz mit dem Mixer sehr schaumig rühren. Das Mehl darüber sieben und und die etwas abgekühlte Schokoladen-Butter-Mischung unterheben. Die Masse gleichmäßig in die Förmchen verteilen und im vorgeheiztem Backofen bei 200° 11-12 Minuten auf der unteren Einschubleiste backen. Der Kern soll noch leicht flüssig sein. Wenn man die Mitte durchgebacken mag, dann 15 Minuten im Ofen lassen. Förmchen aus dem Ofen nehmen, vorsichtig stürzen und die Oberfläche mit Puderzucker bestäuben.
Noch warm servieren mit leicht geschlagener Sahne, die mit Likör oder Sirup parfümiert ist. Mit Früchten oder Fruchtmark dekorieren.
Variation: Vor dem Backen ein großes Karamellbonbon in die Masse fallen lassen. Beim Stürzen der Törtchen zieht sich dann das weiche Bonbon zu bizarren Formen, die sich gut als Dekoration eignen.

Das Rezept hat unser indischer Kollegen-Freund Lajpat Rai aufgeschrieben, nachdem wir laaaange gerührt haben.
Aber das Ergebnis hat dann für alle Mühe entschädigt!



GAJAR KA HALWA (गाजर का हलवा)
KAROTTENHALWA

1 kg Karotten grobreiben, in 1 lit. Milch geben und kochen bis alles Flüssigkeit verdampft ist, 6 gehäufte Eßlöffel Zucker zugeben und ... 3 Kardamom mahlen 1/4 ltr Butterfett zugeben und einbißchen braten, mit Mandelsplittern garnieren und warm servieren.

(Dauert ca. 3½-4 Stunden)

5. Okt. 85
Schmeckt gelungen immer gut, aber bei Lajpat und Hem noch viel besser! H.
in Hindi:

प्रेम (हेम)
और
लाजपत

गाजर का हलवा
चीजें = 1½ किलोग्राम दूध
1 किलोग्राम गाजरें
छोटी इलायची = 3 दानें
देसी घी = 125 ग्राम
किशमिश = 15-20 दानें
चीनी = 6 बड़े चम्मच
सजाने के लिए = चाँदी का वर्क और अधकुटे बादाम।

1½ किलो दूध को कड़ाही में डालकर उबलने के लिए रख दीजिए और गाजरों को छीलकर व धोकर कद्दूकस करें व उबलते हुए दूध में डालकर चलाते रहें जबतक कि पूरा दूध सूख नहीं जाता। फिर उसमें चीनी डालकर सुखाएं और चीनी सूखने पर उसमें अधकुटी इलायची व देसी घी डालकर तब तक चलाएं जबतक कि घी निथर न जाए और जब घी निथर आए तो चांदी का वर्क लगाकर या बादाम कुटे डाल कर उसे सजा कर लोगों को खिलाएं।

हेम रहेजा
तिथि-5 अक्तूबर 1985।
वक्त = 10 बजकर 15 मिनट

ਗਾਜਰ ਦਾ ਹਲਵਾ

in Panjabi



500 g Karotten, ½ l Vollmilch, 10 Pistazien, 20 Mandeln, 10 Cashewkerne, 4 grüne Kardamomschoten, 3 EL brauner Rohrzucker, 2 EL Ghee* oder Butterschmalz

Die Karotten putzen, schälen und grob raspeln. Danach in einem Topf zusammen mit der Milch bei starker Hitze etwa 10 Minuten kochen lassen und ständig umrühren. Beiseite stellen.
Die Nüsse grob hacken. Zusammen mit Kardamom zur Karottenmilch geben und unter Rühren so lange köcheln lassen, bis fast alle Flüssigkeit verdampft ist. Nun den Zucker darunter rühren.
In einer beschichteten Pfanne das Ghee erhitzen, die Karottenmasse dazu geben und ca. 10 Minuten unter Rühren braten.
Ein Stück Alufolie einfetten [Mandelöl z.B.] und die Masse ca. 18 x 18 cm und 2 cm dick verstreichen. Auskühlen lassen und in Stücke schneiden. Mit leicht geschlagener Vanillesahne servieren.
*Ghee: Geläuterte Butter, in Asia-Laden oder arabischen Geschäften zu bekommen.



Orangen-Pfefferminz-Creme

Oma Muller hat dieses Rezept dem Wolfgang verraten und der mir!!!



8 Portionen: Saft von 6 Orangen und Saft von 2 Zitronen mit 6 EL Zucker aufkochen.
2 EL Mondamin mit 6 EL Wasser auflösen und mit dem Saft kurz aufkochen lassen.
Unter die abgekühlte Masse ½ l steif geschlagene Sahne und ca. 20 klein gehackte After Eight-Täfelchen rühren, kalt stellen.

Zum Servieren mit zwei Eßlöffeln Formen abstechen. Mit Minzblättern, After Eight-Täfelchen und Orangenfilets garnieren.

Kiwis mit Orangen-Kardamom-Sirup und Vanilleeis





1 Vanilleschote, 5 grüne Kardamomkapseln, 75 g Zucker, 300 ml frisch gepresster Orangensaft, 4 reife Kiwis, pro Person 1 Kugel Vanilleeis

Die Vanilleschote aufschneiden und das Mark herauskratzen. Die Kardamomkapseln aufbrechen, die kleinen schwarzen Samen herauslösen und im Mörser zerstoßen. Zucker karamellisieren lassen. Orangensaft, Kardamom und Vanillemark dazugeben und auf die Hälfte einkochen. Die Kiwis schälen und in Spalten schneiden. Zusammen mit dem Vanilleeis in Dessertgläser oder -schälchen geben und mit dem Sirup übergießen.

Bondepige med slør [Dänemark]

„Braut mit Schleier". Saftig-süß / knusprig und mit 'Schleier' gekrönt wie eine dänische Braut.

1 kg Äpfel, etwas Wasser oder Weißwein-Wasser-Gemisch, 150 g Zucker, 1 Pk Vanillezucker, etwas frisch geriebener Ingwer, ½ Paket Zwieback, 75 g Butter, 125 g gehackte Mandeln, 1 Becher Sahne



Die geschälten und klein geschnittenen Äpfel mit 100 g Zucker und etwas Wasser/Wein gar dünsten. Abkühlen lassen. Oder fertiges Apfelkompott nehmen. Den Zwieback in einem Handtuch mit dem Nudelholz klein zerkrümeln und mit den Mandeln und 50 g Zucker in einer Pfanne bräunen. Abkühlen lassen.
Zuerst Apfelkompott in eine Glasschüssel geben, darauf die Zwieback-Mandel-Mischung und zuletzt die mit dem restlichen Zucker und dem Vanillezucker geschlagene Sahne verstreichen.
Gut gekühlt [evtl. auch im Stielglas] servieren.

Ingwermousse mit Zitrone und Orangenlikör



Für 8 Portionen: 3 Blätter Gelatine, 1 unbehandelte Orange, 1 unbehandelte Zitrone, 125 g weiße Schokolade, 3 Stück in Sirup eingelegter Ingwer, 1 Ei, 1 Eigelb, 3 EL Orangenlikör, 1 Becher Sahne

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Orange und Zitrone abspülen und trockenreiben. Die Schale fein abreiben. Die Früchte auspressen. Schokolade hacken und im heißen Wasserbad oder in der Mikrowelle schmelzen. Ingwer abtropfen lassen, 3 EL Sirup auffangen, Ingwer fein hacken.
Ei und Eigelb in einer Schüssel im heißen Wasserbad vorsichtig schaumig schlagen. Gelatine ausdrücken, in der heißen Eicreme auflösen. Schokolade unterrühren. Die Schüssel in kaltes Wasser stellen und die Eicreme weiterschlagen, bis sie kühl ist.
Likör, Orangen-, Zitronensaft und -schale, Ingwer und Sirup unter die Creme rühren. Sahne steif schlagen. Sobald die Creme zu gelieren beginnt, Sahne vorsichtig unterheben. Mousse mindestens 4 Stunden, am besten über Nacht kalt stellen. Mit Orangenkompott und/oder Streifen von Orangenschalen [Zesten], Orangenfilets, karamellisiertem Zucker und Likör anrichten.

Orient-Espresso



100 g Schokolade [70% Kakaogehalt], 1 TL Butter, 1 doppelter Espresso, sehr stark + 1 EL Instant-Kaffepulver, 1 EL Orangenlikör, 2 EL Zucker, je eine Prise Cayennepfeffer und Raga-Yogi-Tee [Mischung für indischen Gewürztee: Ingwer, Zimt, Kardamom, Nelken, Pfeffer], 3 Tropfen Rosenöl, 3 Blätter weiße Gelatine, 1 Becher Sahne

Zerbröckelte Schokolade und Butter in der Mikrowelle 180 W ca. 3-4 Minuten oder im Wasserbad schmelzen. Espresso zubereiten und mit dem Kaffeepulver mischen. In einer Schüssel Espresso und Schokolade mit Likör, Zucker und den Gewürzen mischen und abschmecken. Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und vorsichtig erhitzen. Einige EL der Schoko-Kaffeemischung mit der Gelatine mischen und diese dann in die Mischung einrühren.
Wenn die Schokocreme anfängt zu gelieren, die sehr steif geschlagene Sahne nach und nach unterheben. In mit kaltem Wasser ausgespülte Espressotassen füllen und mindestens 4 Stunden, am besten über Nacht kaltstellen. Vorsichtig aus den Förmchen stürzen [die Unterseite kurz in heißes Wasser tauchen].
Dazu **Sauce**: 2 EL Zucker karamellisieren, mit 1 Tasse heißem Espresso und 2 EL Sahne ablöschen. Etwas reduzieren und abkühlen. Mit Orangenfilets, Papaya-Bällchen, Litschis oder ähnlichem dekorieren.

Erdbeer-Rhabarber-Gelee mit Zabaione oder Vanillesauce



1 kg Erdbeeren, 1 kg mitteldicke Rhabarberstangen, Zucker nach Geschmack, Vanillezucker, je eine Messerspitze gemahlene Nelken, gemahlener Zimt, Ingwerpulver oder etwas frisch geriebener Ingwer, ½ Tasse Orangen- oder Apfelsaft, 6 Blätter rote Gelatine [auf 500 ml Rhabarberkompott]

Die gewaschenen Erdbeeren halbieren oder vierteln, etwas zuckern. Die Rhabarberstangen schälen und in kleine Stücke schneiden, mit Zucker und Vanillezucker nach Geschmack und den Gewürzen und dem Saft einmal aufkochen lassen, umrühren und beseite stellen, bis der Rhabarber weich ist.
Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und in den heißen Rhabarber rühren. Die Erdbeeren unterheben und alles vorsichtig mischen. In eine Pasteten- oder ähnliche Form gießen und kalt stellen, bis die Gelatine fest ist.
Die Form zum Stürzen kurz in heißes Wasser tauchen. In Scheiben auf Zabaione [2 Eigelb, 1 EL Zucker, 6 EL Madeirawein im Wasserbad schaumig schlagen und evtl. leicht abkühlen lassen] oder mit Vanillesauce servieren.

Kitty-Creme

Ein himmlisches Dessert von Kitty Cikker aus Bratislava! Diese Rum-Creme hieß in unserer Familie immer „Kitty-Creme".



8 Portionen: ¼ l Milch, 1 Vanilleschote, 4 Eigelb, 100 g Puderzucker, 6 Blätter weiße Gelatine, 1 Becher Sahne, 4 Eiweiß, ein Paket Löffelbisquits [100 g], 1 Schnaps-Gläschen Rum 40 % oder Cachaça [brasilianischer Zuckerrohrschnaps 40 %], 4 EL Wasser, 100 g Rosinen/Sultaninen.
Sauce: Bitterschokolade, 3-4 EL Milch oder Sahne, 4 EL Macadamia-Sirup [Feinkost von Fa. Monin]. Evtl. einige Rumkugeln

Rum/Cachaça und Wasser mischen und die Rosinen über Nacht darin einweichen. Rosinen abgießen und die Einweichflüssigkeit aufheben. Löffelbisquits in kleine Stückchen bröckeln, mit den Rosinen in eine Glasschale füllen und mit dem Rum/Cachaça-Wasser-Gemisch beträufeln. Milch mit der ausgekratzten Vanilleschote aufkochen, Vanilleschote entfernen.
Inzwischen Eigelb und Zucker schaumig schlagen. Heiße Vanillemilch langsam unter- und cremig rühren. Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und unter die heiße Masse rühren. Topf in kaltes Wasser setzen und immer wieder umrühren, bis die Masse dicklich wird. Sahne und Eiweiß getrennt sehr steif schlagen, beides etwas zuckern und vorsichtig unter die Creme heben. In die Glasschüssel über die Bisquits/Rosinen füllen und diese vorsichtig unterheben, damit nicht alles am Boden sitzen bleibt, bzw. die Bisquitsstücke nach unten drücken. Ca. 5-6 Stunden kalt stellen.
Zum Servieren Eßlöffel in heißes Wasser tunken und Nocken abstechen, auf einen Teller setzen, mit einer ½ Rumkugel, 1 Stück Löffelbisquit o.ä. verzieren und mit einer kleinen Sauce aus vorsichtig mit Milch/Sahne und Macadamiasirup erhitzter Schokolade o.ä. nappieren.
Das Deko-Blatt ist vom Mandarinen-Baum. Man kann auch Zitronenblatt oder Lorbeerblatt nehmen; auf jeden Fall sollte es ein eßbares Blatt sein.

Bei Johann Lafer abgeschaut

Holunderblüten-Quark-Mousse



Mousse: 60 ml Wasser, 70 g Zucker, 2 Zitronenscheiben, 30 g Holunderblüten, 3 Blätter weiße Gelatine, 250 g Magerquark, 140 g geschlagene Sahne
Sauce: 100 ml Balsamico, 100 ml Rotwein, 60 g Zucker.
250 g Erdbeeren, Himbeeren oder Heidelbeeren

Wasser, Zucker unb Zitronenscheiben aufkochen, die Holunderblüten hinzufügen, nochmals aufkochen und 30 Minuten ziehen lassen, dann den Sirup durch einen Kaffeefilter gießen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und in dem warmen Sirup auflösen. Den Quark zugeben und alles gut verrühren. Die geschlagene Sahne vorsichtig unter die Quarkmasse heben und die Mousse in Förmchen [Espressotassen] füllen, die mit kaltem Wasser ausgespült wurden. Ca. 2-3 Stunden kalt stellen. Balsamico mit Rotwein und Zucker auf ein Drittel einkochen lassen. Den Sirup spiralenförmig auf einen Teller laufen lassen, die gestürzte Mousse darauf anrichten und mit den Beeren und einigen Holunderblüten verzieren.



Variation: Auf Fruchtpüree [Erdbeeren, Himbeeren pürieren, durch ein Sieb streichen und zuckern] oder auf dünnen, ziegelartig ausgelegten Erdbeerscheiben anrichten und mit Minzblattstreifen garnieren.

Sehr erfrischend an heißen Sommertagen!

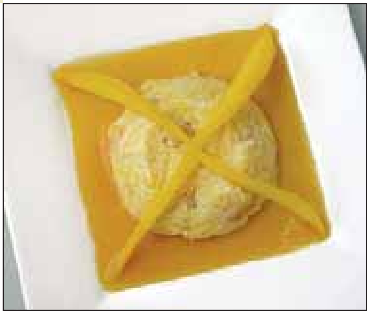
Caipirinha-Eis



500 ml TK-Zitronensorbet, 2 EL brauner Zucker, Saft und abgeriebene Schale von 1 Limone, 2 EL Cachaça [Zuckerrohrschnaps], 1 Handvoll Pfefferminz- und Zitronenmelisseblätter
100 ml Orangensaft, 2 EL Zucker, 1-2 TL Speisestärke

Sorbet: Zucker und Limonensaft aufkochen, bis sich der Zucker gelöst hat und den Sirup erkalten lassen. Das Sorbet 15 Minuten bei Zimmertemperatur antauen lassen. Cachaça mit kleinen Streifen von Pfefferminz- und Melissenblättern und dem Zuckersirup verrühren und mit dem Sorbet vermischen. Masse in eine mit Klarsichtfolie ausgelegte Kastenform füllen und über Nacht tiefgefrieren.
Sauce: Zerkleinerte Pfefferminz- und Zitronenmelisseblätter mit dem Orangensaft und dem Zucker aufkochen, etwas stehen lassen, durch ein feines Sieb geben und mit der Speisestärke abbinden. Abgekühlt mit in Scheiben geschnittenem Eis servieren.

Mangomousse mit Löffelbisquits und Orangensirup



8 Löffelbisquits, 3 EL Orangenlikör, 3 EL Orangensaft, 1 reife Mango, ½ Becher Sahne, 3-4 EL Zucker, etwas Zitronensaft, 3 Blätter weiße Gelatine

Die Bisquits klein bröckeln und mit Orangensaft und -likör-Gemisch beträufeln.
Mangos dünn schälen und das Fruchtfleisch vom Kern lösen, in kleine Stücke schneiden und bis auf eine Scheibe mit dem Mixstab pürieren. Mit Orangenlikör und Zucker abschmecken.
Gelatine in Wasser einweichen, ausdrücken und vorsichtig erwärmen. 1-2 EL von der Mangomasse mit der Gelatine verrühren und dann alles zu der Mangomasse geben und gut verrühren. Die Sahne steif schlagen und mit den Bisquitstückchen unter die Mangomasse heben. In Portionsschälchen kühl stellen. Zum Servieren Schälchen-Unterseite in heißes Wasser tauchen, Mousse auf Teller stürzen, mit Sauce aus 3 EL Zucker, 1 EL Butter, ¼ l Orangensaft [Zucker mit Butter karamellisieren, mit Orangensaft ablöschen und zu Sirup einkochen lassen] über die Mousse nappieren und mit Mangostreifen verzieren.

Kakischaum





3 reife Kakifrüchte, 1 Zitrone oder Limette, 1 EL Rum oder Orangenlikör, 3 Eiweiß [oder ½ Becher Sahne + Sahnesteif], 4 EL Puderzucker

Die Kaki schälen [normalerweise kann man sie mit Schale verzehren], Stielansatz herausschneiden, das Fruchtfleisch in Stücke schneiden und fein pürieren. Abgeriebene Zitronenschale und Saft ½ Zitrone und Rum oder Likör unterrühren.
Eiweiß sehr steif schlagen, den Puderzucker dazugeben und löffelweise das Kakimus vorsichtig unterheben.
In Stielgläsern servieren, mit abgeriebener Zitronen-, Limetten- oder mit Kakischale dekorieren.

Mangosauce zu Vanilleeis



1 reife Mango, 3 EL Zucker, 1 Pk Vanillezucker, 1 EL Zitronensaft.
Vanilleeis, gehackte Mandeln, 2 EL Zucker, Zitronenmelisseblatt

Die Mangos schälen, entkernen, in Stücke schneiden und fein pürieren. Zucker, Vanillezucker und Zitronensaft zugeben, abschmecken und auf einem pudergezuckerten Servierteller in Kreisform anrichten und mit einem Hölzchen Strahlen ziehen. In die Mitte eine Eiskugel setzen und in Zucker gebräunte Mandeln darüberstreuen. Mit einem Zitronenmelisseblatt verzieren.

Erinnerung an Prag: Karlsbrücke, Hradschin, Teynkirche... Konzerte, Theater... und mit Vati um die Wette Palatschinken essen...

Palatschinken



Pro Person 1 bis 2 hauchdünne Pfannkuchen oder Crêpes backen aus 250 g Mehl, 3 leicht geschlagenen Eiern, 200-250 ml Milch, 50 g zerlassene Butter, 1 EL Zucker, 1 Prise Salz

500 g TK-Erdbeeren auftauen oder frische Erdbeeren waschen, in Viertel schneiden, leicht mit Zucker und Vanillezucker süßen, 15 Minuten ziehen lassen. Erdbeeren in die Crêpes einrollen, jeweils auf einen Teller legen und mit Puderzucker bestäuben.
Zart- oder Edelbitter-Schokolade mit etwas Sahne oder Milch im Wasserbad oder in der Mikrowelle flüssig machen, mit Chili, schwarzem Pfeffer und/oder Zimt abschmecken und über die Palatschinken nappieren.

Variation Crêpe Suzette: Crêpes wie oben backen. 125 g Zucker, 125 g Butter, Schale von 1 Orange, 185 ml Orangensaft, 3 EL Orangenlikör in einer großen Pfanne ca. 2 Minuten köcheln lassen. Die Crêpes einzeln in der Sauce wenden, dann zu Vierteln falten und an die Seite schieben, bis alle Crêpes durchgezogen sind. 2 EL Weinbrand auf der Oberfläche verteilen, erwärmen lassen und vorsichtig flambieren. Auf vorgewärmten Tellern mit einigen Orangenzesten servieren.

Chili-Schoko-Mousse-Profiteroles



Windbeutel aus 1/8 l Wasser, 25 g Butter, 1 Prise Salz, 85 g Mehl, 2 Eier

[Ergibt ca. 20 hühnereigroße Windbeutelchen, die man auch salzig füllen kann.]
Alle Zutaten bereitstellen: Mehl auf ein gefaltetes Backpapier sieben. Wasser, Salz und Butter in einem Topf aufkochen, das Mehl auf einmal dazuschütten und mit einem Holzlöffel kräftig rühren, bis sich ein Klumpen löst und auf dem Topfboden nur ein dünner weißer Belag bleibt. Den Teig etwas abkühlen lassen und dann jeweils immer nur ein Ei mit dem Knethaken des Mixers untermengen, bis die Masse weich, glänzend und goldgelb schwer reißend vom Löffel fällt. Den Ofen auf 230° vorheizen.
Mit dem Spritzbeutel oder mit zwei Kaffeelöffeln walnußgroße Häufchen auf ein Blech mit Backpapier verteilen. Das Backblech auf die mittlere Schiene setzen und zu gleicher Zeit ½ Tasse Wasser auf den Boden des Backofens schütten und die Tür schnell schließen. 15-20 Minuten backen, aber auf keinen Fall die Tür öffnen, sonst fallen die Windbeutel zusammen.

Chili-Schoko-Mousse: 40 g Zucker und 1 TL geschrotete Chilischote im Mörser zerreiben, bis der Zucker rosa ist. Mit 6 EL Sahne [von 1 Becher Sahne] aufkochen, 80 g dunkle Schokolade [70% Kakaoanteil] darin schmelzen, ½ TL Raga-Yogi-Tee-Gewürz [Ingwer, Zimt, Kardamom, Nelken, Pfeffer] zugeben. 1 Ei trennen, Eiweiß mit etwas Salz sehr steif schlagen und kühl stellen. Das Eigelb mit 1 EL Zucker schaumig schlagen und unter die Schokomasse rühren. Wenn die Masse etwas abgekühlt ist, den Eischnee unterheben. Die restliche Sahne sehr steif schlagen und vorsichtig unter die Schoko-Mousse heben.
Ca. 4 Stunden kalt stellen. Die Mousse in die aufgeschnittenen Profiteroles füllen und diese mit Puderzucker bestreut servieren.

Gefüllte Crêpes-Säckchen



200 g getrocknete Feigen, 100 g entkernte Datteln, 1 EL brauner Zucker oder Palmzucker [Asia-Laden], 250 ml Orangensaft, 60 ml Weinbrand, 1-2 frische Lorbeerblätter, 3 Nelken, ½ Zimtstange

Alle Zutaten zusammen ca. 20 Minuten leise köcheln, bis die Feigen die Flüssigkeit aufgesaugt haben. In ein Sieb schütten, Feigen herausnehmen und in kleine Stücke schneiden, Datteln durch das Sieb passieren und alles wieder in die Sauce geben.
Crêpes: 60 g Mehl, 2 Eier, 2 TL Öl oder flüssige Butter, 185 ml Milch, 1 gute Prise Salz, 60 g geröstete Kokosraspeln zu einem Teig verrühren und dünne Crêpes ausbacken.
Gut 1 EL von der Feigen-Dattel-Sauce auf die Mitte eines Crêpe verteilen, die Ränder einschlagen und mit Küchenfaden zu einem Säckchen mit Schleife zusammenbinden.
Mit Puderzucker bestreuen und mit **Mascarpone-Crème:** [100 g Mascarpone und 2 EL braunen Puderzucker mit 2 EL Milch mischen] und einem Lorbeerblatt servieren.

Kärntner Apfelknödel mit Mostsauce

...bei der „Tschebull"-Oma in Kärnten genossen



Bisquitboden aus 1 Ei, 35 g Zucker, ½ Pk Vanillezucker, 50 g Mehl, ½ TL Backpulver
Ei und Zucker sehr schaumig schlagen, Mehl und Backpulver darübersieben und vorsichtig unterheben. Auf Backpapier auf ein Blech ca. 1 ½ cm dick verstreichen und bei 180° ca. 15-20 Minuten backen. [Oder 100 g fertige Löffelbisquits verwenden]

3 säuerliche Äpfel, Saft einer ½ Zitrone, 2 EL Rum, 100 g gehackte Mandeln, 50 g Rosinen, je eine Prise Zimt, Ingwer und Nelken, 50 g Zucker, 1 Prise Salz, 2 Eier

Die Äpfel in kleine Würfel schneiden, mit Zitrone, Rum und den Gewürzen vermengen. Bisquitboden in 1 cm große Würfel schneiden und mit Mandeln, Rosinen und den Eiern vorsichtig zu einem Teig mischen. Kleine Knödel formen und in heißem Fett 4-6 Minuten goldgelb ausbacken oder in kochendes Salzwasser geben und ca. 10 Minuten ziehen lassen. Ergibt ca. 20 Stück.
Die fritierten Knödel mit **Mostsauce** [2 Eidotter, 5 halbe Eierschalen Apfel-Most und Puderzucker nach Geschmack im heißen Wasserbad oder auf kleiner Flamme schaumig aufschlagen.] servieren.
Die gekochten Knödel mit brauner Butter und Zucker und Zimt anrichten..

Ein Gedicht für den Gaumen!!!

Gefrorene Krokant-Eis-Baiser-Torte



4 Eiweiß, 250 g + 2 EL Zucker, 100 geschälte Mandeln, 1 EL Butter, 1 Packung TK-Bourbon-Vanilleeis

Eiweiß sehr steif schlagen und dann nach und nach 250 g Zucker unterschlagen, bis die Masse dick und glänzend ist. Auf zwei mit Backpapier ausgelegte, geölte und mit Zucker bestreute Bleche spiralförmig mit einer Spritztüte zwei Kreise von 20 cm Ø und einige 3-4 cm lange Stränge aufspritzen. Im vorgeheizten Ofen bei 120° gut eine Stunde backen. Ofen abschalten und bei geöffneter Tür trocknen und abkühlen lassen. Die Mandeln mit Butter und 2 EL Zucker in einer Pfanne unter Rühren goldgelb zu Krokant bräunen und dann abkühlen lassen. Kalt unter das cremig gerührte Vanilleeis mischen.

Einen Baiserkreis in eine mit Backpapier ausgelegte Springform von 22-24 cm Ø setzen, die Eismasse darauf verteilen und den zweiten Kreis mit der 'schönen' Seite nach oben darauf setzen. Evtl. mit etwas Kakao oder Instantkaffee bestäuben. Tiefgekühlt bis zum Verzehr aufbewahren. Zum Servieren die Randseiten mit Baiser-Strängen belegen und vorsichtig in Tortenstücke schneiden.

Baileys-Mousse



2 ganz frische Eigelb, 40 g Zucker, 3 Blätter weiße Gelatine, 100 ml Baileys [Whiskey-Sahne-Likör], 5 EL Milch, 1 Becher Sahne, 2 EL Haselnuß-, Pistazien oder Mandelkrokant

Eigelb und Zucker über dem heißen Wasserbad dickcremig aufschlagen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen, Gelatine ausdrücken und in 1 EL Wasser in einem Topf langsam unter Rühren erwärmen, bis sie vollständig aufgelöst ist. Zuerst die aufgelöste Gelatine unter die Eiercreme rühren, dann Baileys und die Milch unterrühren. Kalt stellen. Wenn die Masse anfängt, fest zu werden, die Sahne steif schlagen und vorsichtig unterheben. Die Creme in eine Schüssel oder Portionsschälchen füllen und mindestens 3 Stunden in den Kühlschrank stellen. Eßlöffel in heißes Wasser tauchen, Nocken abstechen und mit Krokant oder gehackten Pistazien und Puderzucker bestreuen.

Variation: Die Mousse mit Instant-Cappuccinopulver oder einem guten Kakao bestäuben und/oder kleine Schokoladenstreusel oder gehackte Pistazien mit der Sahne unterheben.

Götterspeise + Variationen

Siehe auch Seite 8.
Eigentlich sind doch alles Götterspeisen, wenn man sie richtig genießen kann...!



Der „Wackelpeter“, für Kindergötter oder Götterkinder verfeinert:
3 Pk Götterspeise in verschiedenen Farben, ½ Becher Crème double [125 ml], ½ kleiner Becher Naturjoghurt, Zucker, 2 Blätter weiße Gelatine

Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Eine der drei Götterspeisen nach Angaben zubereiten. Eine Puddingform mit kaltem Wasser ausspülen, die Speise einfüllen und kühlen, bis sie fast fest ist. Crème double mit Zucker leicht erwärmen, die ausgedrückte Gelatine zugeben und gut vermischen und dann den Joghurt unterrühren und vorsichtig eine dünne Schicht auf die erste Schicht Götterspeise gießen. Kühl stellen. Mit der zweiten und dritten Gotterspeisenfarbe ebenso verfahren und immer abwechselnd nach der Kühlung auf die anderen Schichten gießen, so dass eine schön gestreifte Götterspeise entsteht. Die Schichten dürfen nicht zu fest sein, sonst verbinden sie sich nicht, aber auch nicht zu flüssig, sonst laufen sie ineinander.

Variaton I: Die weiße Schicht weglassen, dafür farbige Melonenkugeln zwischen die Schichten geben und in geraden Gläsern fest werden lassen und so auch servieren [Siehe Foto].

Variation II:



1 Packung Löffelbisquits [100 g] in große Stücke brechen und in eine Schale füllen.
Weinsauce aus ½ l Weiß- oder Apfelwein, 4 Eigelb, 1 EL Mondamin, etwas abgeriebene Zitronen- oder Limonenschale, Zucker nach Geschmack
Mondamin mit etwas Wein und den Eigelb verquirlen. Dann mit dem übrigen Wein, Zucker und Zitronenschale auf kleiner Flamme oder im Wasserbad unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen dicklich schlagen. Heiß über die Bisquits gießen und dann abkühlen lassen.
2 Eiweiß mit 1 Prise Salz und 2-4 EL Zucker zu einem steifen Schnee schlagen, mit etwas Zitronensaft würzen und vorsichtig über der Weinsauce verteilen. Einige Minuten bei ca. 120° in den Ofen stellen, bis der Eischnee gelb bis goldgelb ist oder die Oberfläche mit einem Küchen-Bunsenbrenner vorsichtig bräunen. Kühl stellen bis zum Servieren.

Variation III:



100 g kleine Baiserhäufchen, 2 Eigelb, 1 ganzes Ei, 1 Prise Zucker, 1 Prise Salz,
3 Blätter weiße Gelatine, 1 Schnapsglas Likör [Baileys, 43, Amarula-Creme o.ä.],
1 Becher Sahne

Die Baiser halbieren. Eigelb, Zucker und Salz dickcremig aufschlagen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und in einem Topf langsam unter Rühren erwärmen, bis sie vollständig aufgelöst ist. Likör und 3 EL Eiercreme unter die Gelatine rühren, dann die Gelatine gut unter die Eiercreme rühren. Kalt stellen. Wenn die Masse anfängt, fest zu werden, die Sahne steif schlagen und vorsichtig zusammen mit den Baiserbröckchen unterheben. Die Creme in Portionsschälchen oder schöne Gläser füllen und mindestens 3 Stunden in den Kühlschrank stellen. Auf einen Teller stürzen und mit Orangen-Sauce Seite 173 oben [ohne die Gewürze] servieren.

Eiercreme mit Orangenkaramellsauce



3 ganze Eier und 3 Eigelb, ½ TL Vanillezucker oder ½ ausgekratzte Vanilleschote und 70-80 g Zucker mit Schneebesen gut verrühren, aber nicht schaumig schlagen.

½ l Milch zum Kochen bringen und nach und nach vorsichtig unter die Eiermischung gießen. Achtung, keinen Schaum erzeugen! Kleine Förmchen oder Espressotassen mit Mandelöl oder neutralem Öl auspinseln und die Eiermilch bis kurz unter den Rand eingießen. Weiter siehe Crema caramella [Seite 160].

Sauce: 4-5 EL Zucker mit etwas Butter langsam schmelzen und goldgelb werden lassen. Mit 100 ml Orangensaft ablöschen und mit 4 Wacholderbeeren, 4 Nelken, 1 Lorbeerblatt kochen, bis sich der Zucker gelöst hat. Die Gewürze herausfischen und die Sauce mit etwas Mondamin andicken. Unter gelegentlichem Rühren erkalten lassen.

Nach einigen Gläsern Federweißen kreiert...

Federweißen-Creme



½ l Federweißer [junger Wein, der anfängt zu gären], je nach Gärungsgrad 1-2 EL Zucker, 5 Blätter weiße Gelatine, 125 ml Sahne.
1 Glas Weißwein, ½ kg Weinbeeren, Zucker nach Geschmack,
1 EL Mondamin, 5 Basilikumblätter

Die Gelatine in Wasser einweichen, ausdrücken und auf kleiner Flamme erhitzen. Den Federweißen langsam dazugießen und mit der Gelatine vermengen. Die Sahne sehr steif schlagen, den Zucker unterheben, etwas vom Federweißen zur Sahne geben, diese vorsichtig vermischen und dann nach und nach mit dem Schneebesen unter den Federweißen rühren. Förmchen [z. B. Espressotassen] mit kaltem Wasser ausspülen, die Creme eingießen und mindestens 3 Stunden kalt stellen. Zum Servieren den Tassenboden in heißes Wasser tunken und die Creme stürzen.
Mit **Kompott** aus Weinbeeren, Wein, Zucker, Mondamin und Basilikum reichen.
Beeren halbieren und evtl. entkernen. Mit Wein und Zucker aufkochen. Mondamin mit etwas Wasser vermischen und darunterrühren, mit 3 Zitronen-Basilikumblättern aufkochen und unter Rühren erkalten lassen.

Die Creme muß aber am gleichen Tag verzehrt werden, weil sie sonst weiter gärt und ungenießbar wird!

Kürbismousse



250 g Muskatkürbisfleisch, geschält und in Würfel geschnitten, 1 Vanilleschote, 1 Zimtstange, je eine Messerspitze abgeriebene Orangen- und Zitronenschale, 1 TL frisch gemahlener Ingwer, 1 EL Honig, 3 Blätter weiße Gelatine, 2-3 EL Grand Marnier oder ähnlicher Orangenlikör, Saft ½ Zitrone, ½ Becher Sahne, 2 Eiweiß, 50 g Zucker

Kürbiswürfel, Vanilleschote, Zimstange, Orangen- und Zitronenschale, Ingwer und Honig in einen Gefrierbeutel geben. Beutel gut verschließen und den Inhalt mindestens 1 Stunde marinieren.
Grobe Gewürze entfernen, Kürbisfleisch pürieren und dann durch ein Sieb streichen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken, erwärmen, etwas von dem Kürbismus in die Gelatine geben, gut vermischen und dann unter das übrige Püree rühren. Mit Zitronensaft und Orangenlikör abschmecken. Sahne und Eiweiß mit Zucker getrennt sehr steif schlagen und unter die Mousse heben. In Stielgläser füllen und für mindestens 3 Stunden kühl stellen.
Mit einer glasierten Kürbisspirale und Zuckerfäden garnieren. [100 g Zucker in wenig Wasser so lange kochen, bis man die Kürbisstreifen darin glasieren und den Sirup mit einer Gabel zu Fäden ziehen kann.]

Rosmarinparfait mit marinierten Erdbeeren



75 g Zucker, 4 Eigelbe, 2 TL frischer Rosmarinnadeln, klein gehackt, 250 ml Sahne. ½ kg Erdbeeren, 2-3 EL Zucker, 1 EL Likör oder Vanille- oder Limetten-Sirup

Den Zucker mit 55 ml Wasser und Rosmarin in einer Pfanne zum Kochen bringen und etwa 3 Minuten kochen lassen und dann durch ein Sieb geben. Die Eigelbe mit dem Mixer schaumig schlagen, dabei die heiße Zuckerlösung erst tröpfchenweise, dann in etwas größeren Portionen unter ständigem, schnellen Rühren zu den Eigelben geben. Unter gelegentlichem Rühren abkühlen lassen. Die Sahne steif schlagen und unter die Ei-Zucker-Masse heben. Das Parfait in kleine Formen füllen und im Eisfach oder Tiefkühlgerät etwas 4 Stunden oder in der Eismaschine 20 Minuten gefrieren lassen .
Erdbeeren waschen, entstielen und in dünne Scheiben schneiden. Mit Zucker und Likör oder Sirup marinieren. Zum Servieren auf einen Teller verteilen und darauf eine Parfaitkugel geben. Mit einem Rosmarinzweig oder -blüten oder Pfefferminzblatt garnieren. Die Menge reicht für 6 Eisbälle.
Auf dem Foto noch zu sehen Holunderblüten-Quark-Mousse [Seite 167] mit Balsamicocreme und Avocadomousse [Seite 160].

Variation: Ananas-Sorbet mit Basilikum
Eine große Ananas schälen, Kern entfernen, das Fruchtfleisch pürieren und durch ein feines Sieb streichen. Auf 1 l Fruchtfleisch 200 g Zucker, Saft 1 Zitrone und 3 EL fein gehacktes Basilikum untermischen und in der Eismaschine gefrieren lassen.

Quark-Joghurt-Creme mit Kirschkompott



200 g Magerquark, 1 Becher Magerjoghurt, 5 Blätter weiße Gelatine, 50-60 g Zucker, 1 Vanillezucker, 2 Eiweiß, 2 EL Zucker, evtl. einige kleine Pfefferminzblättchen, 250 g TK-Sauerkirschen oder 1 Glas, 1-2 EL Mondamin, 1 Schuß Kirschwasser, Zucker nach Geschmack

Gelatine in Wasser einweichen. Quark und Joghurt mit dem Zucker und dem Vanillezucker verrühren. Gelatine ausdrücken, kurz erwärmen, einige EL der Quark-Joghurt-Mischung in die Gelatine rühren, dann diese Mischung zum restlichen Quark geben und gut durchmischen.
Eiweiß sehr steif schlagen, 2 EL Zucker dazugeben, noch einmal durchschlagen und vorsichtig unter die Quark-Joghurt-Mischung heben. In kleine Schälchen oder Espressotassen füllen und mindestens 3 Stunden kalt stellen. Zum Servieren kurz in heißes Wasser tauchen und die Creme auf einen Teller gleiten lassen.
Aufgetaute TK-Sauerkischen mit 2-3 EL Wasser oder Kirschen aus dem Glas mit Mondamin andicken, mit Kirschwasser und Zucker abschmecken und abgekühlt zu der Creme reichen.

Caipirinha-Tiramisu



4-5 Limetten, 60 g weißer Zucker, 60 g + 3-4 EL brauner Zucker, 50 ml Wasser, 2 Blätter weiße Gelatine, 3 EL Cachaça [brasilianischer Zuckerrohrschnaps], knapp 250 g Löffelbiskuits, 125-150 g Magerquark, 125-150 g Mascarpone, 150 ml Sahne

Die Schalen von 2 Limetten fein abreiben. Dann alle Limetten auspressen, so dass man 125 ml Saft abmessen kann. Diesen Limettensaft, je 60 g weißen und braunen Zucker und das Wasser in einem kleinen Topf aufkochen. Wenn sich der Zucker vollständig gelöst hat, 6 EL davon abnehmen und zum Tränken der Biskuits beiseite stellen. In den restlichen Sirup die eingeweichte, ausgedrückte Gelatine auflösen und kalt stellen.
Quark und Mascarpone in einer Schüssel gut verrühren, dabei nach und nach den steif werdenden Limettensirup unterrühren. Die Sahne sehr steif schlagen und vorsichtig unter die Masse heben.
Eine Form [ca. 25x15 cm] mit der Hälfte der Löffelbiskuits auslegen. Den abgenommenen Limetten-Zucker-Saft mit dem Zuckerrohrschnaps vermischen. Mit der Hälfte davon die Biskuits tränken. Dann die Hälfte der Limettencreme darauf streichen, mit einer weiteren Lage Löffelbiskuits bedecken und diese wieder tränken. Zum Durchziehen für einige Stunden in den Kühlschrank stellen.

Vor dem Servieren nach Belieben noch mit etwas braunem Zucker und mit einigen Limetten-Zesten bestreuen. Ein scharfes Messer in heißes Wasser tauchen und das Tiramisu in rechteckige Stücke schneiden.

Schwarzwald-Dessert



1 Tüte Russisch Brot [100 g] oder zur Weihnachtszeit 100 g Elisenlebkuchen zerbröseln oder sehr klein schneiden und mit 3 EL Kirschwasser beträufeln.

1 Paket-TK-Sauerkirschen mit Zucker nach Geschmack auftauen lassen oder von 1 Glas Sauerkirschen den Saft abgießen.

Crème mischen aus 100 g Mascarpone, 2 Becher Kirschjoghurt, 100 ml geschlagene Sahne mit 1 Vanillezucker und 1-2 EL Zucker.

In einem Stielglas immer abwechselnd Crème, Kirschen und Brösel schichten. Zuletzt die Creme mit etwas Kakaopulver bestäuben.

Maronencreme

500 g fertig gekochte Maronen [Eßkastanien], 1 Vanilleschote, 200 ml Milch,
100 g Zucker, 2 EL Kirschwasser, 1 Becher Sahne



Maronen knapp bedeckt in ganz leicht gesalzenem Wasser etwa 40 Minuten weich kochen. Flüssigkeit abgießen und Maronen mit dem Mixstab pürieren. Von der Vanilleschote das Mark auskratzen und Stange und Mark mit der Milch zum Kochen bringen. Maronenpüree, Zucker und Sahne zufügen und unter Rühren einkochen. Vanilleschote herausnehmen und die Masse kalt stellen. Mit dem Kirschwasser abschmecken.
Vor dem Servieren das Maronenpüree durch ein grobes Sieb reiben, abwechselnd mit geschlagener Sahne in Gläser schichten oder als ‘Spaghetti’ durch ein grobes Sieb drücken und mit Sahne auf einem Teller garnieren.

Variation I: 500 g frische Maronen, 60 g Butter, 1 geh. EL Zucker, 1 Prise Salz,
125 ml Milch, 1 Becher Sahne, 2 cl Madeira oder Kirschwasser

Maronen kreuzweise einritzen, auf einem Backblech bei 210° ca. 15 Minuten backen. Die Haut abziehen. Den Zucker in einen flachen Topf leicht karamellisieren lassen. Die Hälfte der Butter sowie die geschälten Kastanien hinzugeben. Mit 200 ml Wasser ablöschen und den Topf mit einem Deckel schließen. Ca. 30 Minuten köcheln lassen. Die weichen Kastanien mit Hilfe eines Eßlöffels durch ein Sieb streichen und mit Milch und Sahne zu einem glatten Brei rühren. Die restliche Butter sowie Madeira oder Kirschwasser unterrühren.
Variation II: Statt mit Madeira oder Kirschwasser die Maronenmasse mit Kakao würzen und mit je 1 Prise Zimt und Cayennepfeffer überstreuen.

Hat mir Christian zur Nachahmung empfohlen

Sticky Toffee Pudding [Irland]



Dattelmus: 180 g entsteinte Datteln, 180 ml Wasser
Toffee-Sauce: 2 ½ Becher Sahne, 180 g Zucker, 65 g Butter
Teig: 65 g Butter, 180 g rich dark brown sugar [dunkelbrauner irischer Zucker], 2 mittelgroße Eier, 240 g Weizenmehl, 2 TL Backpulver, 1 TL Natron
außerdem: Crème fraîche, Vanille-Eis oder Sahne zum Servieren

Für das **Dattelmus** die Datteln im Wasser 10 bis 15 Minuten weichkochen, bis das Wasser fast verdampft ist. Dann im Mixer pürieren oder gut verrühren.
Für die **Toffee-Sauce** die Hälfte der Sahne, Zucker und Butter in einer großen Pfanne gut vermischen. Unter Rühren mit einem Holzkochlöffel aufkochen, dann köcheln lassen, bis die Sauce goldbraun wird. Topf vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen. Dann die restliche Sahne einrühren.
Ein Springform von 20 cm Ø oder 6 Portions-Backförmchen einfetten und mit Backpapier auslegen. Ofen auf 175° vorheizen.
Für den **Teig** Butter und Zucker cremig schlagen. Eier nach und nach dazugeben. Mehl mit Backpulver und Natron mischen und zur Butter-Eier-Mischung sieben. Zum Schluß das abgekühlte Dattelmus sorgfältig unter den Teig rühren. Teigmischung in die Backform geben und bei 170° 50-60 Minuten backen. Dann in der Form komplett auskühlen lassen.
Aus der Form nehmen und den Pudding zweimal horizontal durchschneiden, so dass drei gleich dicke Teig-Lagen entstehen. Je ein Drittel der Toffee-Sauce zwischen die Lagen streichen, das letzte Drittel beiseite stellen. Den Kuchen zurück in den Ofen stellen und nochmals 15-18 Minuten bei 170° backen. Zum Servieren in Stücke schneiden und mit der restlichen Toffee-Sauce, Crème fraîche, Eis und/oder Sahne servieren.

Die Barbaras waren begeistert!

Limetten-Joghurt-Mousse mit Cachaça-Sirup



6 Blätter weiße Gelatine, 6 Limetten, 4 Eier, 125 g [brauner] Zucker, 1 Vanilleschote, 200 g Joghurt, 1 Prise Salz, 1 EL Butter, 3 EL Zucker, 100 ml Cachaça [brasilianischer Zuckerrohrschnaps], 3 EL Sahne

Die Gelatineblätter in kaltem Wasser einweichen und danach gut ausdrücken. Von 3 Limetten die Schale abraspeln oder schälen und in feine Streifen schneiden. Alle Limetten entsaften. Im heißen Wasserbad den Limettensaft zusammen mit dem Eigelb, dem Zucker und Vanillezucker schaumig rühren. Die ausgedrückten Gelatineblätter darunter rühren, bis sie aufgelöst sind. Dann den Topf zum Abkühlen in eiskaltes Wasser stellen. Die Vanilleschote längs aufschneiden, das Mark herausschaben und unter die Limettencreme mischen. Den Joghurt und die Schale von 3 Limetten unter die Creme unterrühren und weiter kalt schlagen.
Das Eiweiß mit etwas Salz steif schlagen, zuckern und unter die Limettencreme ziehen. Portionsförmchen oder eine Schüssel mit kaltem Wasser ausspülen und die Creme einfüllen und über Nacht kalt stellen.
Vor dem Servieren entweder die Förmchen auf Dessertteller stürzen oder mit Eßlöffeln Nocken abstechen.
Für den Sirup 1 EL Butter und 3 EL Zucker karamellisieren lassen, mit 100 ml Cachaça ablöschen, 3 EL Sahne zugeben und alles zu einem Sirup einkochen lassen und um das Mousse nappieren. Mit braunem Zucker bestreuen und evtl. 1 Physalis dekorieren.

Lebkuchen-Mousse



50 g Lebkuchen, 1 EL Rum, 100 g Schokolade [70 % Kakao], 4 EL Milch, ½ TL Lebkuchengewürz, 1 Prise Chilipulver oder Cayennepfeffer, 2 Blätter weiße Gelatine, 2 Eiweiß, 2 Eigelb, 100 g Sahne, Zucker nach Geschmack

Lebkuchen fein pürieren oder reiben, Rum hinzufügen. Schokolade mit Milch zum Schmelzen bringen und etwas abgekühlt mit den Eigelben verrühren. Lebkuchenmasse und -gewürze dazugeben. Gelatine nach Anweisung auflösen, 1 EL Lebkuchenmasse in die Gelatine rühren und dann die Gelatine zur gesamten Lebkuchenmasse hinzufügen. Das steif geschlagene und gesüßte Eiweiß unterheben. Die Masse wird durch die Schokolade schnell fest. Sahne steif schlagen, nach Geschmack zukkern und vorsichtig unterheben. Portionsförmchen oder Espressotassen mit kaltem Wasser ausspülen, die Mousse einfüllen und bis zum Servieren kühl stellen. Zum Stürzen den Tassenboden kurz in heißes Wasser tauchen.
Auf Rotwein-Birnen oder Sauerkirschen in Amaretto-Sauce servieren. Evtl. etwas flüssige Sahne dazugeben.

White-Christmas-Pudding [Irland/England]



200 g getrocknete Aprikosen, je 50 g Orangeat und Zitronat, 75 g kandierte Ananas, 100 g kandierter oder eingelegter Ingwer, 100 g Zwieback, 75 g Mehl, 150 ml weißer Rum oder Cachaça, 100 g Kokosraspel, 150 g Zucker, ½ TL Zimt, 1 Msp gemahlene Pimentkörner, 100 g Butter, 4 Eier, 1-2 TL Macadamiasirup, 2 TL Vanillesirup [beides Feinkost von Fa. Monin], 100 ml Milch, 1 ½ TL Backpulver

Trockenfrüchte in sehr feine Würfel schneiden. Mit dem Rum in einer Schüssel vermischen und 1 Stunde ziehen lassen.
Zwieback in der Küchenmaschine zu feinen Bröseln mahlen und dann in einer Schüssel mit dem Mehl, Kokosflocken, Zucker, Zimt und Piment mischen. Anschließend die eingeweichten Früchte dazugeben und alles gründlich vermengen. Das Ganze mindestens 8 Stunden oder über Nacht mit Klarsichtfolie abgedeckt ziehen lassen.
Am nächsten Tag die Butter in einem Topf oder in der Mikrowelle schmelzen und etwas abkühlen. Mit den Eiern, Macadamiasirup, Vanillesirup, Milch und Backpulver verrühren. In die Frucht-Zwiebackmischung gründlich einarbeiten.
10 Glas-Portionsförmchen mit Butter großzügig fetten. Den Teig 3/4 hoch einfüllen. In der Mikrowelle 3-4 Minuten bei 600 W und 15-18 Minuten bei 360 W garen und in der Form abkühlen lassen und zum Servieren stürzen.

Dazu **Whiskey-Sauce** aus 4 EL Zucker, Whiskey, 200 ml Sahne
Den Zucker in einer Pfanne karamellisieren und mit Whiskey flambieren. Die Masse dann mit Sahne aufkochen. Oder Sahne einkochen und mit Whisky-Cream-Likör abschmecken.

Bisquit-Früchte-Mascarpone-Trifle



Teig: 50 g Butter, 4 Eier [Zimmertemperatur], 80 g Zucker, 50 g Mehl, 25 g Kakaopulver, 1 Prise Backpulver, etwas Zucker
Füllung: 500 g gemischte TK-Mischbeeren,1 Becher Sahne, 150 g Sahnequark oder Mascarpone, 50 g Zucker, 1 Vanilleschote, 1 EL Honig, 1 Prise Zimt

Das Beerengemisch mit 1 EL Honig, Zucker nach Geschmack und 1 Prise Zimt vermischen und auftauen lassen.
Ein Backblech von ca. 35 x 40 cm mit Backpapier auslegen. Die Butter in einem kleinen Topf zerlassen.
Eigelbe mit 100 g Zucker mit dem Mixer 10 Minuten auf höchster Stufe cremig schlagen. Die abgekühlte, flüssige Butter unterrühren. Das Mehl mit dem Kakao und dem Backpulver mischen, auf die Eimasse sieben und behutsam untermischen. Das Eiweiß mit 1 Prise Salz sehr steif schlagen und vorsichtig unter den Teig heben. Teig gleichmäßig auf das vorbereitete Blech streichen. Im vorgeheizten Ofen bei 220° 8-10 Minuten auf der 2. Einschubleiste von unten backen.
Ein sauberes Küchenhandtuch auf der Arbeitsfläche mit Zucker bestreuen. Den Biskuitboden mit dem Papier vom Blech ziehen und vorsichtig auf den Zucker stürzen. Das Papier gleichmäßig mit etwas kaltem Wasser beträufeln und nach 2 Minuten vorsichtig abziehen. Biskuit auskühlen lassen.
Die Sahne steif schlagen und mit 50 g Zucker süßen. Ausgekratztes Mark der Vanilleschote dazugeben und die Sahne vorsichtig mit dem Quark/Mascarpone vermengen. Den Biskuitboden in eine kleine, rechteckige Auflaufform legen. Die Beeren-Früchte auf dem Boden verteilen, die Quarkcreme auf die Beeren streichen und mit der letzten Biskuitschicht alles zudecken und etwas andrücken. Vor dem Servieren gut durchkühlen und -ziehen lassen.
Wenn man Portionen schneiden will, sollte man die Form mit Klarsichtfolie auskleiden und den Trifle zum Schneiden stürzen.

Orangen-Tiramisu



100 g Mascarpone, 100 g Magerquark, 100 g Sahne, 4-5 Orangen, 2-3 EL Zucker, 1 Pk Vanillezucker, 6 EL Orangenlikör oder -sirup, 2-3 EL Limonensirup [Feinkost Fa. Monin], 1-2 EL Orangenkonfitüre, 100 g Löffelbisquits

Orangen auspressen. Den Boden einer passenden eckigen Form mit einer Lage Löffelbisquits auslegen, mit Orangensaft-Likör-Gemisch beträufeln. Mascarpone und Quark vermischen und mit Zucker, Likör, Sirup, Konfitüre abschmecken. Die Sahne steif schlagen, zuckern, unter die Masse heben und dann eine Schicht über die Löffelbisquits verteilen. Wieder eine Lage Löffelbisquits mit Saft und Likör beträufeln. Als letzte Lage die Creme auf den Bisquits verteilen, glattstreichen und für ca. 5 Stunden kalt stellen. Zum Servieren vorsichtig auf eine Platte stürzen und in quadratische Stücke schneiden.

Dampfnudeln

Das gab es beim Besuch bei Hallveig im Forsthaus. HC hat sich von oben bis unten mit Heidelbeeren bekleckert...



Für 8-10 Stück:
Teig aus: 250 g Mehl, 1 Pk Trockenhefe, 40 g Zucker, 110 ml Milch, 1 Vanillezucker, 2 EL Butter, 2 Eier, 1 Prise Salz
Kochflüssigkeit: 125 ml Milch, 5 EL Butter, 5 TL Vanillezucker, 1 Prise Salz

Aus den Zutaten einen Hefeteig zubereiten, gegebenenfalls im Brotbackautomaten. Aus dem Teig 8-10 Kugeln formen und abgedeckt gehen lassen.
Herdmethode: In eine feuerfeste Glasform mit Deckel 125 ml Milch, Butter und Vanillezucker und eine Prise Salz auf dem Herd aufkochen. Die Kugeln in die Form legen, diese mit dem Deckel gut verschließen und bei mittlerer Hitze [Elektro Stufe 4-5, Gas ziemlich klein] ca. 30 Minuten dämpfen, bis die Milch verdampft und die Dampfnudeln gut aufgegangen sind. Den Deckel zwischendurch **nicht öffnen!** Am Boden soll sich zwar eine Kruste bilden, aber nichts anbrennen! Die Dampfnudeln bleiben hell.



Ofenmethode: Wenn sie braun werden sollen, kann man sie auch im Backofen, evtl. auch in einem gewässerten Römertopf bei 220° ca. 45 Minuten garen. Falls möglich mit viel Unterhitze, damit auch hier die ganze Flüssigkeit in die Dampfnudeln einzieht.
Die Dampfnudeln heiß mit Weinschaum- oder Vanillesauce und Kronsbeeren oder Kompott servieren oder am besten mit Heidelbeerkompott!

Milchrahmstrudel

Lilo hat das aus ihrer Wahlheimat Österreich mitgebracht! Lecker!!!



1 Packung Strudel-, Filo- oder Yufka-Teig [in türkischen Läden] ergibt zwei Strudel.
Guß: 375 ml Milch, 3 Eier, 40 g Zucker, ½ Pk Vanillezucker, 1 Prise Salz
Füllung: 500 g weiche amerikanische Brötchen, in Würfel geschnitten, 100 g Quark, 1 ¼ l Milch, 100 g Butter, 120 g Puderzucker, Abrieb von ½ Zitrone, 1 Prise Salz, 1 Pk Vanillezucker, 40 g Zucker, 5 Eier, 100 g Rosinen, [evtl. in Weinbrand eingeweicht], 1 Becher saure Sahne, 2 EL Zucker

Für den **Guß** Milch mit Zucker, 1 Prise Salz und den Eiern gut verrühren.
Für die **Füllung** Brötchen mit heißer Milch beträufeln und ziehen lassen. Zimmerwarme Butter mit Puderzucker, Zitronenschale, Salz und Vanillezucker gut verrühren. Quark und Eidotter abwechselnd unterrühren. Brötchen gut ausdrücken und mit saurer Sahne zu der Quark-Masse geben. Eiweiß sehr steif, mit Zucker cremig schlagen und ebenfalls unterheben.
Auf ein feuchtes Tuch ein Strudelblatt legen und mit geschmolzener Butter bestreichen. Zweites Strudelblatt darüberlegen. Die Hälfte der Fülle auf 2/3 der Teigfläche verteilen und mit der halben Menge Rosinen bestreuen. Frei gebliebenen Teil des Teigs mit flüssiger Butter beträufeln. Seitliche Teigränder einschlagen. Strudel mit Hilfe des Tuchs einrollen und in eine gebutterte Form geben. Restlichen Teig und Fülle ebenso verarbeiten. Beide Strudel außen mit geschmolzener Butter bestreichen und 1/3 vom Guß darüber verteilen. Im vorgeheizten Ofen bei 170° auf mittlerer Schiene 1 Stunde backen. Nach jeweils 20 Minuten ein weiteres Drittel vom Guß über die Strudel gießen.
Zum Anrichten Strudel in Stücke schneiden, mit Puderucker bestreuen und mit Vanillesauce servieren.


Kuchen
Torten
Gebäck

Schoko-Mokka-Torte

Hiermit habe ich Seimane zum Geburtstag überrascht...



Teig: 200 g Zartbitter-Schokolade, 120 g weiche Butter, Salz, 120 g Zucker, 4 Eier, 2 EL Weinbrand, 120 g gemahlene Mandeln, 25 g Mehl
Mokka-Mousse: 160 g Zartbitter-Schokolade, 4 Eier, 80 g Zucker, 100 g Sahne, 1 Pk Vanillezucker, 1 sehr starker abgekühlter Espresso
Verzierung: 125 g Zartbitter-Kuvertüre, evtl. 1 Blatt Blattgold, 2-3 EL Kakaopulver

Für den **Teig:** Die Schokolade hacken und im heißen Wasserbad schmelzen. Butter mit einer Prise Salz und 60 Gramm Zucker schaumig schlagen. Die Eier trennen. Nach und nach Eigelb, geschmolzene Schokolade und den Weinbrand unter die Buttermasse rühren. Eiweiß mit 1 Prise Salz steif schlagen, dann den restlichen Zucker einrieseln lassen. Eischnee, Mandeln und Mehl gleichmäßig unter die Schokomasse heben. Eine Springform [22 cm Ø] mit Backpapier auslegen, die Masse einfüllen und glattstreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 175° etwa 40-50 Minuten backen. In der Form etwas abkühlen lassen, dann herauslösen und ganz auskühlen lassen.
Für die **Mokka-Mousse:** Schokolade zerbröckeln und im heißen Wasserbad schmelzen. Eier trennen. Eiweiß steif schlagen, dabei die Hälfte des Zuckers einrieseln lassen. Die Sahne ebenfalls steif schlagen. Eigelb mit Vanillezucker und restlichem Zucker dickschaumig aufschlagen. Espresso und flüssige Kuvertüre unterrühren. Sahne und Eischnee gleichmäßig unterziehen. Den Tortenboden halbieren. Den unteren Boden auf eine Platte setzen. Einen Tortenrand oder Backpapier um den Kuchenboden legen. Die Mokka-Mousse auf den Tortenboden geben, glatt streichen und den zweiten Boden darauf setzen. Im Kühlschrank 5 Stunden durchkühlen lassen. Den Tortenrand abnehmen.
Zum Verzieren: Die Kuvertüre im heißen Wasserbad schmelzen und die Torte damit überziehen. Eventuell das Blattgold darauf setzen. Die Kuvertüre trocknen lassen und anschließend mit Kakao bestäuben. [Siehe Kuchen-Titelfoto Seite 181]

Zitronentarte [Pâte brisée]

*Das Rezept hat mir Jo verraten – es ist köstlich!
Z. B. Suzanne konnte gar nicht mehr aufhören zu naschen.*

Teig: 125 g Butter, 250 g Mehl, knapp 1 TL Salz, etwas Wasser zu einem glatten Mürbeteig vermischen und kalt stellen.
Fülle: 2 Eier, 200 g Zucker, 120 g Butter, 2 Zitronen oder 3 Limonen



Die Zitronen auspressen. Eier und Zucker schaumig schlagen, nach und nach die weiche Butter, dann den Zitronensaft untermischen. [Die Masse flockt aus, verbindet sich aber wieder beim Backen.] Den Teig auf eine große Tarteform [Ø 30 cm] ausrollen, ein paarmal mit der Gabel einstechen, damit sich beim Backen keine Beulen bilden. Den Rand mit einem Kochlöffel wellenförmig verzieren und mit Eigelb einstreichen. Die Schaummasse eingießen und bei 175° ca. 45 Minuten backen. Die Oberfläche soll kaum bräunen, evtl. mit Alufolie so abdecken, dass die Folie die Oberfläche nicht berührt.

Variation: Gleicher Teig, Fülle aus 3 Bechern Schmand, 1 Ei, Zucker und Vanillezucker nach Geschmack.

Crossie-Kirschtorte



50 g geriebene Mandeln, 150 g Halbbitter-Schokolade, 80 g Schoko-Cornflakes oder Crossis. 1 Glas Sauerkirschen, evtl. noch 1 Tasse gefrorene Waldbeeren, 40 g Zucker, 1 Pk roter Tortenguß, 2 EL Kirschwasser, 250 ml Sahne, 1 Pk Sahnesteif, 1 Pk Vanillezucker, 100 g Vanillejoghurt

Schokolade hacken und im heißen Wasserbad oder in der Mikrowelle bei 360 W 3-4 Minuten unter Umrühren zerlassen. Cornflakes in einen Gefrierbeutel geben und mit einem Nudelholz grob zerstoßen. Mit den Mandeln unter die Schokolade mischen. Aus der Masse mit Hilfe von 2 Teelöffeln 8 kleine Häufchen auf Backpapier setzen [für Schoko-Crossies als Garnitur]. Eine Springform [24 cm Ø] mit Backpapier auslegen und die übrige Masse mit der Hand hinein drücken. Alles 30 Minuten kalt stellen.
Kirschen abgießen, dabei 125 ml Saft auffangen. Diesen Kirschsaft mit Zucker und Tortengußpulver verrühren und aufkochen. Kirschen, evtl. Beeren und Kirschwasser zugeben, auf dem Crossieboden verteilen und 1 Stunde lang kalt stellen.
Sahne mit Sahnesteif und Vanillezucker steif schlagen. Den Joghurt zugeben und kurz weiter schlagen. Die Torte mit dieser Masse bestreichen und vorsichtig aus der Form lösen. Mit den Crossies und eventuell noch mit Kirschen garniert servieren.

Tarte Tatin [gestürzte Apfeltorte]



Ofen auf 225 ° vorheizen, wenn der Kuchen sofort nach der Fertigstellung serviert werden soll. Man kann ihn aber auch gut vorbereiten und später nur noch backen.
Teig: 175 g Mehl, 1 Msp Backpulver, 80 g Butter, 25 g Zucker, 1 Prise Salz, 1 Eigelb, 20 ml Wasser
Aus den Zutaten einen Mürbeteig bereiten und kalt stellen.

Ca. 10 mürbe Äpfel [Cox-Orange, Boskop, Renetten] schälen und vierteln. Mit etwas Zitronensaft beträufeln, damit die Äpfel nicht braun werden.
120 g Butter und 150 g Zucker und etwas Salz [!] in einer feuerfesten Glas- oder Tarteform [30 cm Ø] vorsichtig auf der Herdplatte oder in der Mikrowelle schmelzen lassen bis zu einer zarten Karamell-Bräune. [Bräunt noch nach!!!] Die Äpfel mit der runden Seite in die schäumende Masse legen und die Form für 6 Minuten in den auf 225° vorgeheizten Ofen schieben oder 2 Minuten in die Mikrowelle bei 600 W geben.
Warten, bis der Zucker und die Äpfel etwas abgekühlt sind. Den ausgerollten Mürbeteig wie einen Deckel über die Form legen. Die Teigränder leicht andrücken [Risse im Teig flicken]. Den Teig mehrmals mit einer Gabel einstechen! Auf mittlerer Schiene 25-30 Minuten bei 225° backen. Vorsichtig stürzen [Saft läuft aus! Wird die heiße Form mit einem feuchten Geschirrtuch umwickelt, sinkt die Tarte quasi automatisch nach unten.]
Warm mit Vanille-Schlagsahne servieren und evtl. mit Cidre oder einem leichten Rotwein.

Johannisbeer-Baiserkuchen

Eine herrliche Kindheitserinnerung!



Aus 150 g Butter, 70 g Zucker, Salz, 2 Eigelb, 250 g Mehl, 750 g Johannisbeeren, 50 g Löffelbisquits oder Zwieback. **Baisermasse:** 2 Eiweiß, 80 g Zucker, 100 gemahlene Haselnüsse oder Mandeln. 1 EL Puderzucker, evtl. einige Beeren

Für den **Teig**: Butter, 70 g Zucker, 1 Prise Salz mit dem Knethaken verrühren. Eigelb unterrühren und dann Mehl dazugeben. Gut mischen und den Teigklumpen abgedeckt 1 Stunde kühl stellen.

Johannisbeeren verlesen und von den Rispen zupfen. Die Bisquits in einem Plastikbeutel mit dem Nudelholz zerstoßen und mit den Beeren vermischen.
Den Teig ausrollen und in eine Form mit 26 cm Ø legen, den Rand hochdrücken und den Boden mehrmals mit einer Gabel einstechen. Die Beeren-Bisquitmischung darauf verteilen und bei 200° auf der untersten Stufe 25 Minuten backen.
Eiweiß mit einer Prise Salz sehr steif schlagen, etwas Zitronensaft dazugeben, 80 g Zucker einrieseln lassen und dann die Nüsse unterheben. Die Ei-Nußmasse vorsichtig auf die Beeren streichen und den Kuchen weitere 10-15 Minuten backen. Mit Puderzucker und einigen Beeren bestreuen.

Josephines **Maronentarte**



250 g fertig gekochte Maronen [Eß-Kastanien] oder 1 Dose ungesüßtes Maronenpüree, 2 Pk Vanillezucker, 4-5 Eier, 250 g feiner Zucker, 1 EL Kirschwasser. 1 kleines Glas Sauerkirschkonfitüre oder 1 Becher Schlagsahne. Puderzucker zum Bestäuben [Man gibt kein Mehl in den Teig!!!]

Die Kastanien pürieren oder Dose öffnen.
Eigelb mit dem Zucker und Vanillezucker sehr schaumig schlagen, dann langsam das Kastanienmus unterheben. Eiweiß mit 1 Prise Salz sehr steif schlagen, 1/3 der Masse unter das Kastanienmus rühren, den Rest vorsichtig unterheben.



Teig in eine gut gebutterte und bemehlte Form geben [26 cm Ø] und im vorgeheizten Ofen bei 180° ca. 30 Minuten backen.
Abkühlen lassen, die Höhe halbieren und mit der Konfitüre bestreichen oder mit nicht zu fest geschlagener, leicht vanillegezuckerter Sahne füllen. Mit Puderzucker bestreuen.

Süßkartoffelkuchen [Südamerika]



1-2 Süßkartoffeln, ca. 300 g, 150 g Butter, 1 gute Prise Salz, 200 g brauner Zucker, 2 Eier, je ½ TL geriebene Muskatnuß und frisch gemahlener Ingwer, 2 EL Rum, 6 EL Mehl, ½ TL Backpulver. Zum Servieren Schlagsahne, leicht gezuckert und mit Rum gewürzt.

Butter und Salz verrühren, nach und nach den Zucker untermischen und schaumig rühren. Eier und Gewürze hinzufügen, Mehl und Backpulver untermengen.

Süßkartoffeln schälen, grob raspeln und unter die Masse heben. Auf eine gefettete Backform geben und Oberfläche glatt streichen.
Bei 175° ca. 45 Minuten backen. [Backpapier unter die Form in den Ofen legen; der Teig ist sehr saftig und kann aus der Form laufen.]
Abkühlen lassen, in Teile schneiden und mit geschlagener Rum-Sahne servieren. Paßt auch als Dessert.

Jägertorte



100 g Butter, 100 g Zucker, 3 Eier, getrennt, 125 g gemahlene Haselnüsse, 1 EL Mehl, 1 TL Backpulver, etwas Rum, 1 Glas Preiselbeeren oder 1 Beutel frische Kronsbeeren [Cranberries] und 3-4 EL Zucker,
1 Becher Sahne, 1 Pk Vanillezucker, 1 Pk Sahnesteif, Eierlikör

Butter, Zucker und Eigelb schaumig rühren. Haselnüsse, Mehl und Backpulver untermischen. Eiweiß steif schlagen und vorsichtig unterheben. In einer Springform bei 180° Ober- und Unterhitze ca. 30 Minuten backen. Den erkalteten Boden aus der Form lösen und mit ca. 2 EL Rum beträufeln.
Ein Glas Preiselbeeren oder die mit Zucker in der Mikrowelle in einer abgedeckten Schüssel bei 600 W ca. 2-4 Minuten gegarten und abgekühlten Kronsbeeren darauf verteilen. Die Schlagsahne mit 1 EL Zucker und Sahnesteif nach Vorschrift steif schlagen und über die Beeren streichen. Die Oberfläche mit einer Schicht Eierlikör bestreichen.

Wattekuchen

Als Kind habe ich so den lockeren Gugelhupf bezeichnet, den die Verwandten auf dem Land für uns gebacken haben.



500 g Weizenmehl [Type 405], 1 Würfel Hefe, ½ Pk Trockenhefe, 100 ml Milch, 100 ml Wasser, 1-2 geh. EL Zucker, 60 g flüssige Butter, 1 Ei, 1 Prise Salz

Das Mehl in eine Schüssel sieben, die Hefe in eine Mulde in der Mitte bröckeln, mit etwas Zucker, der Milch und wenig Mehl zu einem Vorteig verrühren. Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 15 Minuten gehen lassen. Die Butter zerlassen und lauwarm mit dem Rest Zucker, den zerklöppelten Eiern und dem Salz in die Schüssel geben, alles verrühren und den Teig schlagen, bis er Blasen wirft. Wieder ca. 15-25 Minuten auf doppelte Größe gehen lassen. [Oder mit dem Brotbackautomaten einen Teig herstellen.] Den Teig noch einmal zusammenschlagen. Eine Gugelhupfform oder eine ähnliche runde hohe Form ausfetten, den Teig einfüllen und noch einmal 15-25 Minuten gehen lassen. Backofen auf 210° vorheizen und den Kuchen auf mittlerer Schiene ca. 30-45 Minuten backen. [Quantum Speed vorheizen auf Umluft 190-200°]



Variation Brioches: 250 g Weizenmehl, 1 Pk Hefe, 3 EL lauwarme Milch, 1-2 geh. EL Zucker, 80 g flüssige Butter, 2 Eier, 1 Prise Salz, 1 Eigelb
[Reicht für 1 Muffinform = 12 Brioches] Statt eines großen ‘Wattekuchens’ kleine Brioches backen in Brioche- oder Muffinformen. Die Formen einfetten und den Teig in entsprechend viele gleich große Stücke teilen. Von jedem Stück wiederum ¼ trennen und zu kleinen Kugeln formen. Die größeren Teigstücke als Kugeln in die Formen setzen, eine Vertiefung in der Mitte drücken, die kleinen Kugeln hineinsetzen, die Brioches mit verquirltem Eigelb bestreichen und bei 220° ca. 15-20 Minuten backen. Die Brioches vorsichtig aus den Formen heben und auskühlen lassen.

Warmer Käsekuchen

Köstliches Blechkuchen-Rezept von Waltraud F.



Teig: 250 g Mehl, 25 g flüssige Butter, 25 g Zucker, 1/8 l Milch, 15 g Hefe oder ½ Pk Trockenhefe, 1 Prise Salz.
Aus diesen Zutaten einen Hefeteig zubereiten und auf ein gefettetes Blech oder auf Backpapier ausrollen. 15 Minuten gehen lassen.
Quarkmasse: 500 g Quark, 150 g Zucker, 1 Pk Vanillezucker, 20 g flüssige Butter, evtl. 50 g Rosinen, 2 Eier, 1 Eiweiß [Eigelb für Rahmüberzug aufheben], 1 EL Mehl oder Mondamin
Diese Zutaten mischen und auf den Hefeteig streichen.
Rahmüberzug: 1/8 l süße Sahne, 1/8 l saure Sahne oder Schmand, Zucker nach Geschmack, 1 EL Mehl, 20 g flüssige Butter, 1 Eigelb
Diese Zutaten ebenfalls mischen und vorsichtig auf die Quarkmasse gießen.
Den Kuchen bei 220° Ober- und Unterhitze 20-30 Minuten backen.
Warm servieren.

200 g Butterkekse, 120 g Butter, 6 Eigelb, 2-3 Eiweiß, 1 Dose gesüßte Kondensmilch (z. B. Milchmädchen 400 g oder ungesüßte Milch + Zucker nach Geschmack), e nach Größe 3-6 unbehandelte Limette, Salz, 180 g Zucker, ¼ TL Backpulver



Kekse in einen Gefrierbeutel geben und fein zerstoßen. Butter zerlassen, mit den Keksbröseln verkneten und in eine gefettete Pie- oder Springform [24 cm Ø] drücken [am besten mit den Händen] und 15 Minuten kalt stellen.
Eigelb und Dosenmilch [+Zucker] mit den Quirlen des Handmixers mind. 5 Minuten dicklich aufschlagen. Von 3 Limetten die Schale abreiben und aus 3-4 Limetten 100 ml Saft auspressen. Beides zur Creme geben und kurz unterrühren. Die Masse auf den Keks-Boden geben. Im vorgeheizten Ofen bei 180° auf der untersten Schiene 25 Minuten backen.
Inzwischen Eiweiß von nur 2-3 Eiern und 1 Prise Salz steif schlagen. Zucker nach und nach einrieseln lassen und 3-4 Minuten weiterschlagen, bis ein cremiger fester Eischnee entsteht. Backpulver unterheben. Baisermasse auf den Kuchen geben und mit einem Löffelrücken wolkenförmig verstreichen.
Im Ofen bei 250° auf der untersten Schiene 2-3 Minuten goldbraun werden lassen. Dabei ständig beobachten, damit die Baisermasse nicht verbrennt. Kuchen abkühlen lassen.

Schweizer Rüblitorte

200 g geriebene Mandeln, 175 g geriebene Möhren,
1 EL abgeriebene Zitronenschale, 1 TL Zimt, je ½ TL Ingwer-, Muskat- und 1 Prise Nelkenpulver verrühren.



5 Eiweiß sehr steif schlagen. 5 Eigelb und 280 g Zucker schaumig schlagen, dann nach und nach die Mandelmischung, 1 TL Backpulver und 4 EL Kirschwasser darunterziehen. ¼ des Eischnees kräftig unter den Teig arbeiten und dann den restlichen Eischnee vorsichtig, aber gut unter den Teig mischen.
Eine Springform von 25 cm Ø einfetten, mit Semmelbröseln ausstreuen und den Teig einfüllen.
Bei 175° im vorgeheizten Ofen ca. 1 Stunde backen [Stichprobe]. Abgekühlt aus der Form nehmen und mit einer Mischung aus 150 g Puderzucker und dem Saft einer Zitrone bestreichen.

Apfelkuchen [auf französische Art]



1 Glas fertiges Apfelmus oder -kompott [ca. 350 g].
50 g Kokosflocken, evtl. frisch gerieben, 150 g Mehl, 100 g Butter,
3 EL kaltes Wasser, je 1 große Prise Salz und Zucker.
500 g feinwürzige Äpfel [Cox-Orange, Braeburn], 1 Zitrone,
1-3 EL Zucker, Vanillezucker, 1 Eigelb, Zucker

Einen Mürbeteig kneten aus Kokosflocken und Mehl, Butter, Wasser, Zucker und Salz, zugedeckt kühlen und dann in eine gefettete Springform von 24 cm Ø drücken und den Rand ca. 3 cm gut hoch ziehen. Mit einer Gabel mehrmals einstechen. Das Apfelmus einfüllen.
Äpfel schälen, Kerngehäuse ausstechen und die Äpfel in dünne Scheiben in eine Schüssel mit Saft von 1 Zitrone, Zucker und/oder Vanillezucker schneiden. Etwas durchziehen lassen und dann in 2-3 Reihen ziegelartig auf das Apfelmus legen. Teigrand mit einem Kochlöffel eindellen, mit Eigelb bestreichen und die Äpfel mit Zucker bestreuen.
Bei 180-190° ca. 35 Minuten backen. Abkühlen lassen und mit leicht geschlagener und gesüßter Schlagsahne servieren.

Preiselbeer-Rhabarberkuchen



Mürbeteig aus 300 g Mehl, 1 EL saure Sahne, 100 g Zucker und 200 g Butter zubereiten und zugedeckt kühl stellen.

4 dicke Stangen Rhabarber, 1 Glas Preiselbeerkonfitüre [ca. 250 g].
Eine Springform von 24 cm Ø einfetten, mit ca. 3/4 des Teiges auslegen, den Rand ca. 3 cm hochdrücken. Den Rhabarber schälen, in ca. 2 cm dicke Stücke schneiden und kreisförmig auf den Teig legen. Die Preiselbeerkonfitüre über den Rhabarber verteilen. Den Rest des Teiges in Streifen schneiden und über den Boden 'flechten'. Den Rand mit einem Kochlöffelstiel über den Kuchen drücken und den Teig mit einem verquirlten Eigelb einstreichen.
Bei 180-190° ca. 30 Minuten backen.

Variation: Preiselbeertarte [schwedisch]

Teig wie oben mit zusätzlich 1 EL Rum und 1 Prise Salz herstellen. Eine Springform von 24 cm Ø einfetten, mit ca. 3/4 des Teiges auslegen, den Rand ca. 3 cm hochdrücken.
1 Packung [500 g] frische Preisel- oder Kronsbeeren waschen, auslesen und abtrocknen und mit 175-200 g Zucker und einer guten Prise schwarzem Pfeffer vermischen.
Die Preiselbeeren auf dem Boden verteilen, mit dünnen Streifen aus dem Teigrest gitterartig belegen und mit verquirltem Eigelb bestreichen. Bei 180-190° ca. 35 Minuten backen und erkaltet mit leicht geschlagener und gesüßter Rum-Sahne servieren.

Tea Brack

Von meiner englischen Schwägerin Barbara aus Irland.
An Allerheiligen wird in Irland ein Ring in Alufolie mitgebacken für einen Mädchenkaffeeklatsch bzw. 5 o'clock-Tea. Wer in seinem Stück den Ring findet, wird innerhalb des folgenden Jahres heiraten ... Sagt man . . .



250 g Sultaninen/Rosinen/Korinthen, 175 g dicker schwarzbrauner irischer Zucker [Melasse], je 50 g Zitronat und Orangeat, 375 ml starker Tee [z.B. Earl Grey oder ein fruchtiger Tee]. Alles gut vermischen und über Nacht einweichen lassen.
Am nächsten Tag folgende Zutaten dazugeben und gut mischen:
250 g Mehl und 2 gestrichene TL Backpulver, insgesamt 2 TL Lebkuchengewürz [Anis, Nelken, Muskat, Zimt], 1 verquirltes Ei

Eine Kastenform einfetten und mit Backpapier auslegen. Bei 175° Ober- und Unterhitze 1 ½ Stunden backen oder 45 Minuten bei zugeschalteter Mikrowelle mit 360 W.
Schmeckt sehr gut zum Tee mit gesalzener Butter bestrichen.

Immer wenn ich Gelüste auf Backen oder auf Kuchen habe, backe ich diesen Namens-Kuchen... Er geht so schön schnell!

Barbarakuchen



200 g Butter, 250 g Zucker, Schale einer ungespritzten Zitrone, 4 Eier, 125 g Mondamin, 125 g Mehl, 1 TL Backpulver.
Guß: 150 g Puderzucker, 4 EL Zitronen- oder Orangensaft und/oder 1 Gläschen Orangenlikör oder Rum.

Butter und Zucker schaumig rühren, nach und nach Eier, Mehl und Backpulver untermischen. In einer gefetteten, mit Backpapier ausgelegten Kastenform bei 175° 75-90 Minuten backen.
Nach dem Erkalten aus der Form nehmen, mit einer Stricknadel viele Löcher einstechen und den Guß so darüber verteilen, dass er auch in die Löcher fließen kann.

Variation I: Dieses Rezept kann man abwandeln zu **Mohrenkuchen** [+ 3 gestrichene EL Kakao, 3 EL Rum und Schokoladenguß] oder zu **Marmorkuchen**, indem man unter die Häfte des Teiges Kakaopulver rührt und dann die beiden Teigsorten beim Einfüllen mit der Gabel vorsichtig untermarmoriert.

Variation II: Apfel-Ingwer-Kuchen
750 g mürbe Äpfel [Boskop], 2 eingelegte oder kandierte Ingwerfrüchte und/oder frisch geriebener Ingwer [3 cm]. Äpfel schälen und in kleine Würfel schneiden, mit dem klein gewürfelten Ingwer und 1 EL Zucker vermischen und unter den Teig geben.

Kalter Hund

Kekskuchen aus meiner Kindheit. Ich wurde geweckt, wenn der 'Kalte Hund' für die erwachsenen Gäste angeschnitten wurde und bekam dann endlich ein Stück!!! Ich hatte ja beim Zubereiten geholfen und schon genascht!



250 g Kokosfett, 2 Eier, 250-280 g Puderzucker, je nach gewünschter Süße, 1 EL Vanillezucker, 80-100 g Kakaopulver, 2 EL sehr starker Espresso, 2 EL [weißer] Rum oder 1 Fläschchen Rumaroma, ca. 300 g Butterkekse

Das Fett bei schwacher Hitze zerlassen. Zucker und Kakaopulver mischen. Die Eier schaumig schlagen, nach und nach die Zucker-Kakaomischung dazugeben. Den Espresso und den Rum oder das Aroma hinzufügen. Das lauwarme Fett langsam unter Rühren untermischen.

Eine Kastenform mit Alufolie oder Backpapier auslegen und mit Hilfe eines Löffelrückens oder einer Kuchenpalette die Innenform mit der Schokocreme bestreichen, eine Lage Butterkekse hineingeben, auch an den Wänden, mit Schokocreme bestreichen, wiederum eine Schicht Kekse darauf legen und so fortfahren, bis alle Zutaten aufgebraucht sind.
4 Stunden im Kühlschrank fest werden lassen. Den Kekskuchen aus der Form nehmen, das Papier oder die Folie abziehen und den „kalten Hund" in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Den Kekskuchen zum Aufbewahren mit Alufolie zugedeckt in den Kühlschrank stellen. Dort kann er dann mindestens eine Woche frisch bleiben.

Apfel oder Zwetschgen-Kuchen

Zwetschgen-Kuchen habe ich mir immer zum Geburtstag gewünscht – oder einen Ring Fleischwurst!



Teig: 250 g Mehl, 15 g Hefe oder ½ Pk Trockenhefe,
40 g Zucker, 1/8 l lauwarme Milch, 40 g Butter, 1 Prise Salz, 1 Ei
Belag: 500 g Zwetschgen, 50 g Hagelzucker, etwas Zimt und/oder 500 g Äpfel, für Streusel 200 g Mehl, 120 g Zucker, 1 Pk Vanillezucker, 120 g geschmolzene Butter

Aus den Zutaten einen Hefeteig zubereiten, gegebenenfalls im Brotbackautomaten. Den gegangenen Teig auf das gefettete Backblech sehr dünn ausrollen, mit einer Gabel mehrmals einstechen.

Die entsteinten Zwetschgen sehr dicht nebeneinander- und ziegelartig übereinanderlegen bzw. die geschälten, entkernten, in Spalten geschnittenen Äpfel ebenfalls sehr dicht auf dem Teig verteilen.
Mehl für Streusel sieben, Zucker, Vanillezucker und Butter zu Streuseln verreiben und auf den Äpfeln verteilen. Kuchen auf der untersten Schiene im vorgeheizten Ofen bei 200° ca. 20-30 Minuten backen. Auf die heißen Zwetschgen den Hagelzucker und etwas Zimt streuen.

Möhren-Aprikosen-Muffins



100 g Karotten, 100 weich getrocknete Aprikosen, 6 EL Orangensaft, 80 g weiche Butter, 100 g Puderzucker, je ½ TL Zimt, Kardamompulver, Ingwer, 1 Pk Vanillezucker, Salz, 3 Eier,
100 g Mehl, 1 TL Backpulver, etwas Butter zum Fetten der Form

Aprikosen hacken und ½ -1 Stunde in Orangensaft einweichen.
Die Karotten waschen und schälen, halb grob, halb fein reiben.
Butter, Zucker, Gewürze, Vanillezucker und eine Prise Salz ca.
8 Minuten mit dem Mixer cremig schlagen.
Eigelb nacheinander in die Butter mischen, dabei ein Eigelb vollständig in die Butter arbeiten, bevor das andere zugegeben wird.
Gehackte Aprikosen und geriebene Karotten unter die Butter-Ei-Masse mischen. Eiweiß mit einer Prise Salz sehr steif schlagen.
Mehl und Backpulver mischen, sieben und unter die Butter-Ei-Masse mischen. Den Eischnee unterheben.
Eine Muffinform [12 Mulden von 7 cm Ø] ausfetten und den Teig gleichmäßig in die Mulden verteilen. Im vorgeheizten Ofen bei 180° 25 bis 30 Minuten auf der 2. Einschubleiste von unten backen. Muffins 10 Minuten in der Form lassen, herausnehmen und auf einem Gitter vollständig abkühlen lassen.

Würzige Muffins [salzig]





2 Eier, 350 ml Milch, 150 g zerlassene Butter, 1 kleine Zwiebel, 100 g geriebenen Käse [Gouda, Emmentaler], 300 g Mehl, ½-1 TL Salz, 2 TL Backpulver, 1 EL Zucker, 2 EL Maismehl, je 1 TL Chilipulver, Edelsüßpaprika und gemahlener Kreuzkümmel, evtl. 1 Stück Manniokwurzel, geschält und grob gerieben

Eier und Fett cremig schlagen. Milch nach und nach dazugeben. Zwiebel klein würfeln und in einer zweiten Schüssel mit Käse, Mehl, Salz, Backpulver, Maismehl, Gewürzen und evtl. den Manniokraspeln vermischen. Die flüssige Mischung dazugeben und kurz, aber gut untermischen. Die Hälfte des Teiges in gefettete Muffinförmchen oder in Papierförmchen geben und 25-30 Minuten goldgelb backen, bis die Muffins oben aufreißen. [Ergibt 12 Stück]
5 Minuten ruhen lassen und dann aus den Förmchen nehmen.

Die andere Hälfte des Teiges als **Variation** zubereiten: 1 Paket Frühstücksspeck [Bacon], klein geschnitten und zwischen Haushaltpapier in der Mikrowelle bei 600 W ca. 2-3 Minuten knusprig ausgebacken. ½ Stange Lauch in Streifen schneiden, in Salzwasser 1 Minute blanchieren, abtrocknen und unter den Teig mischen. In die Förmchen geben und wie oben backen.

Dresdner Stollen

Von meiner lieben, lieben Oma geerbt!



Für 2 Stollen:
1 kg Weizenmehl, 2 Würfel frische Hefe, ½ Pk Trockenhefe,
300 ml Milch, 150 g Zucker, 2 Pk Vanillezucker, 1 Prise Salz, 250 g Butter, 80 g Butterschmalz, 100 g Marzipanrohmasse, 500 g Rosinen oder Sultaninen, 150 g gehackte Mandeln, je 100 g Zitronat und Orangeat, etwas geriebene Muskatnuß und frischer Ingwer, 1 Prise Zimt,
1 Zitrone, Rum, 125 g Butter, 1 Paket Puderzucker [250 g]

Die Rosinen am Vorabend mit 1 Schnapsglas Rum vermischen. Alle anderen Zutaten bis auf Milch und Hefe abwiegen und bei Zimmertemperatur stehen lassen, damit am nächsten Tag alles die gleiche Temperatur hat.
Am folgenden Tag die Hälfte der Milch etwas erwärmen und mit der zerbröckelten Hefe, der Hälfte Zucker und 1 Prise Salz vermischen. Das Mehl in eine große Schüssel geben [oder in die große Rührschüssel einer Küchenmaschine]. In einer Vertiefung in der Mitte die Hefemilch mit etwas Mehl zu einem kleinen Vorteig verrühren. Mit etwas Mehl bestäubt ca. 20 Minuten an einem warmen Ort zugedeckt gehen lassen. Die Risse im Mehl zeigen das Gären der Hefe an.
Restliche Milch, restlichen Zucker, Vanillezucker, in Stücke geschnittenes Fett und die in Stücke geschnittene Marzipanrohmasse zugeben und alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten.
Die eingeweichten Rosinen oder Sultaninen mit Mandeln, Zitronat und Orangeat, abgeriebener Zitronenschale, den Gewürzen und 1-2 EL Mehl gut vermischen und durchkneten. [Diese Zutaten trennen sich mit etwas Mehl vermischt im Teig besser von einander, vor allem, wenn man den Teig mit der Hand kneten muß.]
Diesen ‘schweren’ Teig zugedeckt am warmen Ort bis zum doppelten Volumen gehen lassen. Kann ½ -1 Stunde dauern.

Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig kurz durchkneten, halbieren und die Teile mit den Händen zu einem Rechteck drücken. Eine Längsseite nach innen schlagen, etwas Milch darauf streichen und die andere Seite darüberschlagen, etwas festdrücken und den Stollen schön förmen. Rosinen, die herausschauen, entfernen; sie werden sonst zu dunkel oder sogar schwarz.

Noch einmal gut gehen lassen und dann in den auf 175° vorgeheizten Ofen auf die mittlere Schiene schieben und ca. 1 Stunde backen. Evtl. die Oberfläche mit Alufolie abdecken, wenn der Stollen zu braun wird.
[Bei QuantumSpeed in den kalten Backofen bei Heißluft 160-170°]. Mit Hilfe eines Holzspießchens prüfen, ob der Stollen fertig gebacken ist; es darf kein Teig am Holz kleben bleiben.

Den Stollen sofort mit flüssiger Butter bestreichen und mit viel Puderzucker-Vanillezucker-Gemisch mit Hilfe eines kleinen Siebes bestreuen. Wenn der Puderzucker eingezogen ist, das Ganze noch einmal wiederholen.

Die abgekühlten Stollen in Alufolie wickeln und erst nach 2 Wochen anschneiden, dann haben sich die Aromastoffe am besten verteilt.

Eine weihnachtliche Leckerei von Tim Mälzer.
Zum Glück gibt es Lebkuchen nicht das ganze Jahr über zu kaufen!!!

Weihnachtliche Lebkuchentorte



200 g weiche Lebkuchen [z.B. Comtessa von Bahlsen], 5 Zwieback, 100 g Butter.
300 ml roter Traubensaft, 150 ml Rotwein, 2 Pk roter Tortenguß, 40 g Zucker, 300 g TK-Beerenmischung, 5 EL brauner Rum.
250 g Mascarpone, 250 g Magerquark, ½ TL gemahlener Zimt, 50 g Puderzucker, 200 ml Sahne, 1 Pk Sahnesteif

Lebkuchen fein hacken, hart gewordene Lebkuchen grob reiben. Zwieback fein zerstoßen. Fett zerlassen und mit dem Lebkuchen und Zwieback mischen. Am besten mit der Hand die Masse auf den Boden einer mit Backpapier ausgelegten Springform [26 cm Ø] drücken und diese kurz einfrieren oder kalt stellen.
Traubensaft mit Rotwein, Tortenguß und Zucker mischen und unter Rühren aufkochen. An- oder aufgetaute Beerenmischung und den Rum gut unterrühren und evtl. noch einmal kurz erwärmen, wenn die Masse zu schnell steif wird. Auf den Lebkuchenboden geben und ½ Stunde kalt stellen. Mascarpone, Quark, Zimt und Puderzucker verrühren. Sahne mit Sahnesteif schlagen und unter die Creme heben. Auf das kalte und feste Kompott streichen.

Baumkuchenecken



10 Eigelb, 200 g Zucker, 2 Pk Vanillezucker, etwas abgeriebene Zitronenschale, 200 g Butter, 100 g Mehl, 100 g Mondamin, 10 Eiweiß.
200 g Schokoladenkuvertüre, 200 g Puderzucker, 2 Tropfen Rosenöl, 1 Prise Cayennepfeffer

Eigelb mit 150 g Zucker, Vanillezucker und Zitronenschale schaumig rühren, bis die Masse weiß aussieht. Butter cremig rühren, die Eigelbmasse dazugeben, dann Mehl und Gustin nach und nach unterrühren. Eiweiß sehr steif schlagen, den restlichen Zucker dazugeben, die Hälfte der Masse in den Teig einrühren und den Rest locker unterheben.
Zwei kleine Springformen von 16 oder 20 cm Ø gut ausfetten oder mit Backpapier auslegen. Jeweils immer einen Eßlöffel Teig in die Form streichen und ca. 2 Minuten unter dem Grill hellbraun bräunen lassen. So fortfahren, bis der Teig aufgebraucht ist.
Kuchen auskühlen lassen, jeweils in 16 Tortenstücke schneiden und mit zwei Gabeln oder Spießchen gleichmäßig durch die im Wasserbad geschmolzene und nachgewürzte Kuvertüre ziehen und auf einem Küchengitter abtropfen lassen. In Folie aufbewahrt halten sich die Baumkuchenecken 2-3 Wochen frisch.

Ingwerkekse [England]

Eigentlich meine einzigen, aber heiß geliebten Weihnachtsplätzchen! Richtiger brauner Zucker ist wichtig – und viel Ingwer!







250 g braunen Zucker, 2 EL Zuckerrübensirup, 125 g weiche Butter, 1 Ei, 250 g Mehl, 2 TL Natron, je 1 TL gemahlene Nelken, Zimt, Muskat, 2 TL Ingwerpulver, evtl. noch klein gehackter kandierter Ingwer, etwas Salz, Hagelzucker

Zucker, Sirup und weiche Butter mit dem Mixer schaumig rühren, Ei zugeben. Mehl, Natron und Gewürze mischen und durch ein Mehlsieb langsam in den Teig einrühren. Teig 30 Minuten kühl stellen.

Aus dem Teig walnußgroße Kugeln formen, in Hagelzucker wälzen und in ausreichendem Abstand auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen. Die Kugeln zerlaufen zu flachen Plätzchen, brauchen also Platz.
Bei Ober- und Unterhitze 160-175° ca. 15 Minuten backen. Sofort nach Entnahme aus dem Ofen vom Blech heben und auf einem Gitter abkühlen lassen. Sie werden schnell knusprig. Trocken aufbewahren.

Beates **Cantuccini**



250 g Mehl, 200 g Zucker, 1 TL Backpulver, Mark einer Vanilleschote, ½ Fläschchen Bittermandelaroma oder 1 EL Amaretto, je 1 Prise Kardamompulver, Zimt, Sternanis, etwas Salz, 25 g weiche Butter, 2 Eier, 175 g ganze geschälte Mandeln

Aus den Zutaten einen Knetteig herstellen, die ganzen Mandeln unterkneten. Den Teig in 5 Teile teilen, jeweils zu 25 cm langen Rollen formen, 1 Stunde kühl stellen und dann mit 8 cm Abstand auf ein Blech mit Backpapier legen. Bei 190° ca. 16 Minuten vorbacken.

Die Rollen erkalten lassen, dann schräg in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Auf Backpapier noch einmal 8-10 Minuten bei 190° goldbraun backen. Auskühlen lassen und in einer Blechdose aufbewahren. Sehr gut zu Vin Santo [italienischer Dessertwein].



Sonstiges

Reste-Törtchen



Nudelreste, frische Champignons, ½ entkernte Chilischote, 2 Frühlingszwiebeln, geschnittene Petersilie oder Schnittlauch, Knoblauch, Salz, Pfeffer, 4 zerklöppelte Eier, geriebener Käse. Zutaten klein schneiden

Variation I: Sauerkraut, Hackfleisch, 2 gekochte geriebene Kartoffeln vom Vortag, Salz, Pfeffer, 1 EL Tomatenmark, 3-4 Eier, geriebener Käse

Variation II: Gemüsereste mit Nudel-, Reis- oder Kartoffelresten vermischen, klein gehackte Zwiebeln, je nach Geschmack würzen, 3-4 Eier, geriebener Käse

Variation III: Fleischreste mit grob geriebenen rohen Kartoffeln vermischen. Klein gehackte Zwiebeln dazugeben, je nach Geschmack würzen, 3-4 Eier und geriebenen Käse untermischen.

Jeweils die Zutaten gut vermischen, abschmecken und in gebutterte 6-muldige Muffinform geben. Bei 210° ca. 15-18 Minuten backen und mit Salat servieren.

Blätterteig-Zwiebelpizza



450 g TK-Blätterteig, Mehl für die Arbeitsfläche, 2 EL Butterschmalz, 450 g Gemüsezwiebeln, ½ Bund glatte Petersilie, 4 Zweige Rosmarin, 3 Stiele Thymian, etwas frischer Majoran, 3 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, 50 g gehobelter Parmesan oder Pecorino, 1 Ei

Den Blätterteig auf einer leicht bemehlten Fläche auftauen lassen. Inzwischen die Zwiebeln schälen und in feine Scheiben schneiden. Die Kräuter von den Stielen zupfen und hacken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln darin unter Rühren goldgelb braten, salzen, pfeffern und die Kräuter untermischen.

Alle Blätterteigstreifen übereinander legen und dazwischen immer mit ausgelassenem Butterschmalz bestreichen. Dann auf Größe eines Pizzablechs ausrollen, ca. 4 mm dünn. Das Ei verquirlen und auf den Blätterteig streichen. Mit den Zwiebeln belegen und den Käse darüberstreuen.
Im vorgeheizten Ofen bei 220° 15 Minuten backen.
Variation: Mit klein geschnittenen getrockneten Tomaten, Oliven und Kapern belegen und klein gerupfte Mozzarella-Fleckchen darüberstreuen.



Pro Person zwei dünne Eierkuchen zubereiten aus Mehl, Eiern, Wasser und/oder Milch, Salz und Pfeffer
Füllung: 250 g Hackfleisch, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer.
Evtl. 2-3 EL Sahne, Öl oder Butterschmalz, geriebener Käse und Butterflöckchen zum Überbacken
Das Hackfleisch in Öl oder Butterschmalz scharf anbraten, klein gewürfelte Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und würzen.
Evtl. noch mit einer kleinen Tomaten- oder roten Paprikasauce nappieren.

Dazu **Variation I:** Zusätzlich 3 Karotten schälen und grob raspeln, in Öl oder Butterschmalz andünsten, würzen und mit sehr wenig Wasser oder etwas Sahne bißfest garen und dann erkaltet zum Hackfleisch geben.
Oder **Variation II:** 1 Paket TK Blattspinat, 1 kleine Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, Pfeffer, Salz, 1 Prise Muskat, Butter, 40-50 g geriebener Parmesan
Spinat auftauen lassen. Klein gewürfelte Zwiebel und Knoblauch in Butter andünsten, Spinat dazugeben, würzen und ca. 8 Minuten garen lassen, Parmesan unterrühren und dann mit dem Hackfleisch vermischen.
Die Füllung darf nicht zu feucht sein, evtl. zu viel Flüssigkeit abgießen. Jeweils etwas auf den Pfannkuchen verteilen, aufrollen und in eine feuerfeste, gebutterte Form nebeneinander legen. Mit geriebenem Käse bestreuen, Butterflöckchen darüber verteilen und im Ofen bei 180° ca. 10-15 Minuten goldbraun überbacken.

Hmmm! Zum Federweißen... köstlich!

Zwiebelkuchen



Für 6-8 Personen: 350 g Mehl, 30 g Hefe, 1 Prise Zucker, 1 TL Salz, 75 ml Öl, 150 ml lauwarmes Wasser zu einem Hefeteig verarbeiten und zugedeckt an einem warmen Ort auf die doppelte Höhe gehen lassen.
Belag aus 1 ½ kg Gemüsezwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 3 EL Butterschmalz, Salz, Pfeffer, Majoran, etwas Kümmel.
300 g Crème fraîche und/oder Sahne, 3 Eier, 1 Eigelb, 200 g Frühstücksspeck [Bacon]

Die Zwiebeln in dünne Ringe oder feine Streifen schneiden und in zwei Portionen in einer großen beschichteten Pfanne in je 2 EL Butterschmalz bei milder Hitze ca. 10-15 Minuten weich dünsten. Den Knoblauch durch die Presse dazu drücken und alles mit Salz, Pfeffer, Majoran und Kümmel abschmecken. Den Backofen auf 200° vorheizen.
Ein großes Backblech mit Öl auspinseln.
Den Teig noch einmal durchkneten, auf Mehl ausrollen und auf dem Blech verteilen. Einen kleinen Rand hochdrücken. Die Zwiebeln darauf verteilen. Crème fraîche und/oder Sahne mit den Eiern verquirlen, etwas würzen [je nachdem, ob man Speck dazugibt oder nicht] und gleichmäßig über die Zwiebeln träufeln. Den Speck kleinschneiden und aufstreuen. Auf mittlerer Schiene ca. 30 Minuten goldgelb backen.
Schmeckt am besten frisch aus dem Ofen. Kann aber auch gut eingefroren und später wieder erwärmt werden.

Knusperoliven

Die kleinen Dinger haben ein hohes Suchtpotenzial.
Barbara v.T. hat uns dazu verführt!



150 g Mehl, 125 g Butter, 150 g mittelalten Gouda,
50 g geriebener Parmesankäse, je eine Prise Pfeffer und
Salz [der Gouda ist schon relativ salzig].
Ca. 200 g entsteinte, mit Paprika[paste] gefüllte Oliven,
gut abgetrocknet

Mehl, Butter und Käse zu einem Mürbeteig verkneten und in Frischhaltefolie etwa ½ -1 Stunde kühlen. Den Teig zu Rollen formen von ca. 3 cm Ø. Davon etwa 1 cm dicke Scheiben abschneiden und die Oliven damit umwickeln, so dass kleine Kugeln entstehen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech mit etwas Abstand verteilen. Nochmals kühlen. Backofen auf 190-200° vorheizen und die Kugeln ca. 20 Min. backen, bis sie goldbraun sind.
Die Knusperoliven eignen sich gut als kleine Häppchen zum Sekt oder als Beilage auf einem Buffet.

Geräucherte Schweinelende



3 l Wasser, 200 g Salz, 2 EL Zucker, 4 Lorbeerblätter, 5 Knoblauchzehen, Thymian, Rosmarin, Basilikum [getrocknet], 40 Wacholderbeeren, 15 schwarze Pfefferkörner und 6 Nelken in einem großen Topf 5 Minuten gut aufkochen und dann kalt werden lassen. Durch ein feines Sieb abgießen oder durch Filtertüten laufen lassen.

3 gewaschene und abgetrocknete Schweinelenden im Kühlschrank 3-4 Tage in der Lake in dem Topf oder einer großen Schüssel zugedeckt ziehen lassen, ab und zu bewegen. Die Fleischstücke müssen gut mit Flüssigkeit bedeckt sein. Herausnehmen und trockentupfen.

Zum Aufhängen mit Kordel versehen und vom Haus-Metzger 3 Tage kalt räuchern lassen.
Nicht ganz billige, aber leckere Schinken-Alternative.



300 g rohe Garnelen, 50 g getrocknete dünne Reisnudeln, 1 Ei, 180 ml Wasser, 1 EL Fisch- oder Austernsauce, 125 g Weizenmehl, ¼ TL Bagung [salzig-fischige Garnelenpaste aus dem Asia-Laden], 3 Frühlingszwiebeln in Ringe geschnitten, 1 kleine rote Chilischote, fein gehackt, Fritieröl, süße Chilisoße

Garnelen schälen und Darm entfernen. Die Hälfte in der Küchenmaschine pürieren, die übrigen Garnelen kleinschneiden und mit der Masse vermischen. Die dünnen Reisnudeln ca. 1 Minute in heißem Wasser einweichen, herausnehmen, ausdrücken, in kleine Stücke schneiden und zu der Garnelen-Masse geben.
Ei, Wasser und Fischsauce verquirlen. Mehl in eine Schüssel sieben, eine Vertiefung in die Mitte drücken und die Eimasse langsam unterquirlen, bis eine glatte Masse entsteht. Die Garnelenmasse dazu geben und alles gut vermischen.
Öl erhitzen. Mit zwei Teelöffeln Bällchen abstehen und ca. 3 Minuten fritieren, bis sie knusprig und goldbraun sind. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und warm oder kalt mit süß/scharfer Chilisoße servieren.

Die würzigen Fleischstreifen kann man essen wie Chips!

Rindfleischstreifen [Laos]



1 kg Rinderrückensteak angefroren, 2 TL Salz, ¼ TL gemahlener Pfeffer, 1 EL brauner Zucker, 4 zerdrückte Knoblauchzehen, 2 TL Sesamöl, 1 EL Erdnußöl
Evtl. Fleisch vom Fett befreien. 3 mm dicke Scheiben abschneiden und diese dann in dünne Streifen schneiden. Alle Zutaten mischen und die Fleischstreifen darin zugedeckt ca. 2-3 Stunden marinieren.
Danach auf einem Gitter über einem Backblech mit Backpapier auslegen und im Ofen bei 120° Ober- und Unterhitze ca. 2 Stunden trocknen. Danach noch ca. 5 Minuten grillen.

Schmeckt warm oder kalt als Snack oder zu **Salat** aus blanchierten Sojabohnenkeimlingen, gerösteten Erdnüssen, Olivenöl, einigen Tropfen Sesamöl, 1-2 EL Orangenessig, 1 TL Honig, etwas Chilipulver, Pfeffer und Salz oder zu **Chicoréesalat** mit abgetropften Dosenmandarinen, 1 EL Majonaise, 1-2 EL Orangenessig, Olivenöl, Pfeffer und Salz.

Paprika-Cheddar-Röllchen



Eine große rote Paprika, 60 g geriebener alter Cheddarkäse, 30 g geriebener Parmesan, 2 EL Mayonnaise, 2 EL frische gehackte Petersilie, je 1 TL frischer gehackter Thymian und Oregano, 2 Tropfen Tabascosauce, 10 Scheiben frisches Weiß- oder Toastbrot, 50 g zerlassene Butter, Paprikapulver, Salz, Pfeffer

Paprika halbieren, Samen und Rippen entfernen und mit der Hautseite nach oben unter den Grill legen, bis die Haut Blasen wirft und schwarz wird. In einem Gefrierbeutel abkühlen lassen und dann die Haut abziehen. Das Fruchtfleisch fein würfeln, in einer Schüssel mit Käse, Mayonnaise, Kräutern und Gewürzen mischen.
Vom Brot die Kanten abschneiden und die Scheiben mit einem Nudelholz sehr flach rollen. Beidseitig mit der flüssigen Butter bestreichen. Die Paprikamasse auf die Mitte verteilen und die Scheiben so einrollen, dass sie am Ende gut 1 cm breit über die Füllung lappen. Mit einem Zahnstocher feststecken und für gut zwei Stunden kalt stellen, damit der Käse später nicht zu schnell schmilzt.
Die Röllchen halbieren und im Ofen bei 180° 10-12 Minuten auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech knusprig-goldgelb backen.

Lorbeer-Chili-Kekse mit Parmesan



20 g Parmesan-Käse, 4 frische Lorbeerblätter, 150 g Mehl, ½ TL getrocknete gebrochene Chilischoten oder Chilischrot, Salz, 80 g Butter, 1 Eigelb

Für den Teig den Parmesan reiben. Lorbeerblätter ganz fein hacken. Mehl, Chili, eine gute Prise Salz, Parmesan, Lorbeer, Butter, Eigelb und 2 TL eiskaltes Wasser mit den Knethaken des Handrührers und danach mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten.
Den Teig zu einer Rolle [Ø 5 cm] formen. In Klarsichtfolie verpackt 1 Stunde kühl stellen. Von der Teigrolle ½ cm breite Scheiben abschneiden und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Bei 180° etwa 15-18 Minuten goldgelb backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.
Die Kekse halten sich in einer Blechdose verpackt mindestens eine Woche. Sie passen besonders gut zu süßem Portwein und Sherry oder zu Sekt.
[Siehe auch Seite 13]
Wenn man den Teig vorsichtig auf ca. 3-4 mm Dicke ausrollt, kann man auch für besondere Gelegenheiten Formen ausstechen.

Blumentopfbrot



Neue Blumentöpfe aus Ton scheuern, gut trocknen lassen, einölen und 30 Minuten bei 220° erhitzen. Erkalten lassen. [Niemals abwaschen und stets wieder gut ausfetten.]

500 g Weißbrotbackmischung nach Vorschrift anrühren, kneten und 2 x Teighöhe verdoppeln lassen. Pro Person eine Teigkugel in einen gefetteten Blumentopf mit 6-8 cm Ø setzen, abdecken und nochmals 30 Minuten gehen lassen. In den auf 225° vorgeheizten Backofen auf die unterste Schiene schieben und 25 Minuten backen. Oberseite der heißen, fertig gebackenen Brote mit flüssiger Butter bestreichen. Die Brote nach dem Erkalten in den Töpfen servieren.

...habe ich immer wieder probiert und endlich ist es jetzt gelungen!

Paulas **Fladenbrot**



750 g Mehl [Type 405], 1 Würfel Hefe oder 1 ½ Päckchen Trockenhefe, 2-2 ½ gestrichene TL Salz, 2 EL Olivenöl, 2 TL getrockneter Oregano oder Thymian, gut 400 ml lauwarmes Wasser, evtl. eine Handvoll schwarze Oliven ohne Kern, nach Belieben geriebener Parmesan

Mehl in eine Schüssel geben. In einer Mulde die Hefe mit etwas Wasser verrühren. Olivenöl, Salz und die Gewürze zugeben und dann das Mehl langsam einarbeiten. Zusammen mit dem restlichen Wasser zu einem weichen, geschmeidigen Teig. Gut durchkneten, zu einer Kugel formen und auf etwas Mehl mit Geschirrtuch abgedeckt ca. 1 Stunde gehen lassen. Dann evtl. die halbierten oder geviertelten Oliven untermischen. Backblech mit Olivenöl einpinseln, den Teig in Mehl wälzen und mit den Händen auf die Größe des Blechs ausziehen. [Nicht mit dem Nudelholz ausrollen!] Die Oberfläche mit Öl einpinseln, evtl. mit Oregano, Thymian und Parmesan bestreuen und noch einmal zugedeckt an warmem Ort gut 2 Stunden gehen lassen, bis der Teig die gewünschte Höhe, Dicke, Breite hat. Im vorgeheizten Ofen bei 250° auf mittlerer Schiene 15-20 Minuten backen.

Ein Mitbringsel für Lilo...

Brotkorb



500 g beliebige [Roggen-]Brotbackmischung nach Vorschrift anrühren, kneten und einmal gehen lassen. Eine gefettete Metallschüssel in gewünschter Form evtl. mit Haferflocken, Mohn, Sesam und dann mit dem ausgerollten Teig gleichmäßig dick auskleiden. Überstehende Ränder abschneiden und den Rand formen. Die Form mit Backpapier und dann voll mit Trockenerbsen oder -Bohnen befüllen, damit der Teig nicht gehen kann. Im vorgeheizten Ofen bei 200° ca. 40-50 Minuten backen. Hülsenfrüchte und Papier entfernen und den Brotkorb in der Mikrowelle bei 180 W noch ca. 30 Minuten trocknen lassen. Evtl. noch weiche Stellen am Boden mehrmals einstechen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann. Der Korb sollte dann hart und haltbar wie Holz sein.

Fladenbrot [Yemen]

Bint al-Sahin heißt „Tochter des Tellers".
Im Yemen setzt man das leckere Brot Gästen zum Tee vor, läßt 1 EL Honig darüberlaufen, wenn es aus dem Ofen kommt und reicht noch ein Schälchen Honig dazu zum Eintunken.



Für eine Backform von 30 cm Ø: 400 g Mehl [Type 405], Salz, ½ Würfel Hefe, 1 ½ TL Salz, 1 TL Zucker, 1 TL Brotgewürz-Mischung oder 1-1 ½ TL Kreuzkümmel, 11 EL Ghee [Butterschmalz], 2 Eier, Mehl zum Arbeiten, 1 TL Schwarzkümmel

Mehl und Salz in eine Schüssel sieben, Hefe in 125 ml lauwarmem Wasser mit dem Zucker glattrühren. 5 EL Butterschmalz schmelzen. Die Eier in einer zweiten Schüssel verquirlen, die Hälfte des Mehls, das Hefewasser und nach und nach das flüssige Butterschmalz unterrühren. Das restliche Mehl dazugeben und mit dem Knethaken der Küchenmaschine oder mit den Händen auf einer bemehlten Fläche den Teig mindestens
5 Minuten gut durchkneten, bis er glatt und elastisch ist. Zugedeckt 30 Minuten an warmem Ort gehen lassen.
Den Teig wieder durchkneten und zu einer Rolle formen. 10 gleichgroße Stücke abschneiden und zu Kugeln formen. Weitere 5 EL Butterschmalz schmelzen. Die erste Kugel in Backformgröße dünn ausrollen, in die gefettete Form legen, bis zum Rand evtl. ziehen und mit etwas Ghee bestreichen. Mit allen Teigkugeln so fortfahren. Die letzte Lage mit Ghee und dann mit Schwarzkümmel bestreuen. Evtl. restliches Fett darüberträufeln. Mit Klarsichtfolie abgedeckt gut 1-1½ Stunden gehen lassen. Den Backofen auf 250° vorheizen und das Brot ca. 15 Minuten goldgelb backen.

Pita [Fladenbrote aus Ägypten und Israel]



Für 8-10 Fladen: 200 g Weizenvollkornmehl [Type 1050], 300 g Weizenmehl [Type 405], 2 TL Salz, 1 Päckchen Trockenhefe, 1 EL Schwarzkümmel, Backpapier

Mehl in eine Schüssel sieben, die Hefe damit vermischen und langsam 350 ml lauwarmes Wasser darübergeben und alles mit dem Knethaken des Mixers zu einem klebrigen Teig verarbeiten. Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 45 Minuten gehen lassen.
Den Schwarzkümmel zum Teig geben, mit den Händen ca. 10 Minuten durchkneten, bis sich der Teig von der Schüssel löst. Wieder zugedeckt 30-40 Minuten gehen lassen.
[Oder in der Brotbackmaschien einen Teig aus den Zutaten kneten lassen.]
Wieder 1-2 Minuten durchkneten, in 8-10 Teile teilen und mit bemehlten Händen Kugeln formen, dann zu runden Fladen von ca. 14 cm Ø ziehen, auf ein Blech auf Backpapier legen, zudecken und nochmals ca. 30 Minuten an warmem Ort gehen lassen. Ofen auf 250° vorheizen. Dann die Fladen 10-15 Minuten goldgelb backen. Es bilden sich die typischen Luftblasen, in die man Grill-Fleisch, Falafel [Seite 207], Salat, Joghurt etc. füllen kann.

Das Rezept habe ich aus dem internet – es ist genial!

3 Minuten-Brot

1 Würfel Hefe oder 1 ½ Beutel Trockenhefe, 450 ml lauwarmes Wasser, **2 EL Obstessig**, 500 g Weizenmehl [Type 405], 50 g Sonnenblumen- und/ oder Kürbiskerne, 50 g Sesam, 50 g Leinsamen, ganz oder geschrotet, 2 TL Salz



Hefe mit dem Wasser und dem Essig verrühren. Alle anderen Zutaten zufügen und mit dem Knethaken des Mixers gut verarbeiten. In eine gefettete [Kasten]-Form geben, evtl. noch mit Körnern bestreuen und in den **kalten** Backofen stellen. **Das Brot nicht gehen lassen!**
50-60 Min bei 200° Ober- und Unterhitze auf unterstem Rost backen. Brot aus der Form lösen und evtl. bis zu 10 Minuten nachbacken.



Variation I: Statt nur Weizenmehl zu nehmen 400 g Weizenmehl und 100 g Dinkel- oder Weizenvollkornmehl oder 100 g gelbes Maismehl [siehe Foto] mischen. Sonstige Zutaten sind gleich.
Variation II: Weizenmehl [Type 550], andere Mehl- oder Körnermischungen*, Röstzwiebeln, Oliven, Walnüsse
* Je dunkler die Mehlsorte, desto länger muß gebacken werden und desto weniger geht das Brot auf bzw. desto mehr Hefe oder Sauerteigpulver muß man nehmen.

Das Rezept hat Michus von seinen Fahrten nach Usbekistan und Kasachstan aus der Türkei mitgebracht.

Fladenbrot [Türkei]

Für 2 Brote: 300 ml lauwarmes Wasser, 450 g Mehl, 1 TL Salz, 1 Würfel Hefe, eine Prise Zucker. Etwas Mehl und Grieß. 1 Ei, 1 TL Zucker, 1 EL Olivenöl, 4 EL Sesamkörner, 1 EL Schwarzkümmel



Den Hefewürfel im lauwarmen Wasser mit der Prise Zucker auflösen und mit dem Mehl und dem Salz zu einem weichen Teig verarbeiten. 5 Minuten kneten, bis er nicht mehr an den Händen klebt. Zugedeckt ca. 30 Minuten gehen lassen.
Backofen auf 250° vorheizen. Backblech mit Mehl und etwas Grieß bestreuen. Den Teig nochmals durchkneten, halbieren und zu Kugeln formen. Jede Kugel mit den Händen zu runden Fladen von ca. 25 cm Ø drücken. Zugedeckt weitere 15-20 Minuten an warmer Stelle gehen lassen.
Ei, Zucker und Olivenöl verquirlen. Mit eingeölten Fingerspitzen in die Fladen im Abstand von 4-5 cm ein Rautenmuster eindrücken, dann die Brote mit der Eimischung einpinseln, mit Sesam und Schwarzkümmel bestreuen und in der Ofenmitte 10-12 Minuten goldbraun backen. Nach 5-6 Minuten eine ¼ Tasse kaltes Wasser auf den Ofenboden schütten, Tür sofort schließen und fertig backen.

Tortilla [Spanien]

Tortillastückchen in vielen Variationen werden in Spanien als 'Tapas' gereicht. Die 'Deckelchen' verwöhnen und 'beschützen' den Weintrinker!



Menge für eine große Pfanne von 30 cm Ø:
3 mittelgroße, am Vortag gekochte Kartoffeln, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, blanchiertes Gemüse nach Wahl z. B. grüne Erbsen, Zuckerschoten, Karotte, Brokkoli/ Blumenkohl, 6-8 Eier, Pfeffer, Salz, Butterschmalz

Kartoffeln und Zwiebeln schälen und in sehr dünne Scheiben schneiden, Zwiebeln und klein gehackten Knoblauch in Butterschmalz in einer großen Pfanne glasig dünsten. Das blanchierte Gemüse und die Kartoffeln zugeben, vermischen und das Ganze würzen. Die Eier verklöppeln, salzen, pfeffern und in die Pfanne gießen. Durch Rütteln der Pfanne etwas verteilen. Auf mittelgroßer Flamme ca. 10 Minuten stocken lassen. Einen großen, geölten Teller über die Pfanne legen, die Tortilla vorsichtig auf den Teller stürzen, vom Teller wieder zurück in die neu geölte Pfanne gleiten lassen und weitere ca. 6 Minuten stocken lassen. Die Tortilla kann warm mit Salat und sehr gut auch kalt gegessen werden.
Variation: Man kann außerdem sehr unterschiedliche Zutaten außer den Kartoffeln und Zwiebeln verwenden wie: kleine und große Garnelen, Krabben, Thunfisch aus der Dose, Oliven, Kapern und gar gedünstete Gemüse wie Fenchel, Auberginen, Champignons etc.

Quiche Lorraine



Zutaten für eine feuerfeste Form von 28-30 cm Ø:
Mürbeteig: 250 g Mehl, 150 g Butter, 1 Ei, 2 EL Wasser, ½ TL Salz
Belag: 250 g gekochter Schinken, 3 Eier, 1 Becher saure Sahne, 100 g geriebener Käse [Emmentaler, Gouda], Salz, Pfeffer, ½ TL Edelsüßpaprika

Aus den Zutaten für den Mürbeteig einen glatten Teig zubereiten und 30 Minuten zugedeckt kalt stellen. Die gut gefettete oder mit Backpapier ausgekleidete Tortenform mit dem Teig belegen und diesen auch an den Rändern etwas hochziehen. Den Käse und den gewürfelten Schinken auf dem Boden verteilen. Eier mit der sauren Sahne verquirlen, mit den Gewürzen vermengen und gleichmäßig auf den Boden gießen. Im vorgeheizten Ofen bei 200° auf der untersten Stufe ca. 20-25 Minuten backen. Falls möglich, 5 Minuten nur Unterhitze einschalten. Falls die Oberfläche zu braun wird, mit Alufolie bedekken. Man kann die Quiche heiß und kalt essen.

Variation: Zusätzlich noch in Stücke geschnittenen und kurz in Salzwasser blanchierten Lauch oder auch kleingeschnittene Zucchinistifte oder kurz in Butter angebratene und gewürzte Champignons und Zwiebeln unter die Eier-Sahne-Mischung geben. Etwas kräftiger schmeckt die Quiche, wenn man kleine Baconstreifen auf der Oberfläche mit überknuspern läßt.

Bananen-Hackbällchen



375 g Hackfleisch, gemischt, 1 Knoblauchzehe, 1 Ei, 1 Banane, 3 EL Semmelbrösel, 1 TL Senf, je 1 TL Paprikapulver, edelsüß und scharf, 5 Tropfen Tabasco, 30 g Butterschmalz

Fruchtige Tomatensauce: 1 Dose passierte Tomaten, 1 Mango, 1 Banane, Salz, Pfeffer, Zucker, Saft von ½ Zitrone, evtl. ½ Bund gehackte Petersilie, 1 Zwiebel

Zerdrückten Knoblauch mit Hackfleisch, der zerdrückten Banane, dem Ei, Semmelbröseln, Senf, Paprikapulver, Tabasco, Salz und Pfeffer verkneten unbd abschmecken. Mit nassen Händen kleine Bällchen formen. Butterschmalz erhitzen. Die Bällchen darin von allen Seiten braun braten, herausnehmen und warm stellen.



Für die **Sauce** die Zwiebel schälen und im verbliebenen Bratenfett andünsten. Die passierten Tomaten dazugeben. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein lösen und in kleine Stücke schneiden. Die Banane schälen und in Scheiben schneiden. Obst zur Tomatensauce geben. Mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und dem Zitronensaft abschmecken. Vor dem Servieren evtl. die gehackte Petersilie unterziehen. Die Sauce mit den Bällchen mit Reis oder Baguette servieren.
Die Hackbällchen und die Sauce können sowohl warm als auch kalt gegessen werden. Sie eignen sich auch sehr gut als Fingerfood für eine Party.

Zwetschgen-Chutney

Für 2 Gläser von 350 g Inhalt: 3 mittelgroße rote Zwiebeln, 400 g Zwetschgen, 3 EL Sonnenblumenöl, 4 Thymianzweige, 3 frische Lorbeerblätter, 4 EL brauner Zucker, 2 Zimtstangen, ¼ l Rotwein, Cayennepfeffer, Salz



Zwiebeln schälen, halbieren und in Würfel schneiden, Zwetschgen waschen, entsteinen, vierteln. Öl erhitzen, Zwiebeln und Zwetschgen darin andünsten. Thymian, Lorbeer, Zucker, Zimt und Rotwein dazugeben, mit Cayennepfeffer und Salz abschmecken und bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten einkochen lassen. Sofort in heiß ausgewaschene Schraubdeckelgläser füllen.

Zu kurz gebratenem Fleisch oder heißem Käse reichen. Hält sich verschlossen ca. 4 Wochen im Kühlschrank.

Auberginenpüree [Babaganoush aus dem Orient]

Erinnerungen an eine Chorreise durch Israel. In der wenigen Freizeit haben wir diese Dinge genossen.

4 mittelgroße Auberginen, 7 EL Zitronensaft, 2-3 EL Tahin [Sesampaste aus dem Glas, in türkischen Läden], 3 Knoblauchzehen, Salz, glatte Petersilie



Angefeuchtete oder eingeölte Auberginen auf Alufolie im 250° heißen Ofen ca. 30-35 Minuten garen, gelegentlich wenden. Oder in der Mikrowelle bei 600 W 7-8 Minuten garen. Die Auberginen mit kaltem Wasser abschrecken, längs halbieren und das Fruchtfleisch mit einem Löffel herauskratzen. Die Haut wegwerfen. Auf einem großen Brett das Fruchtfleisch mit Zitronensaft beträufeln und mit einem großen Messer ganz klein schneiden bzw. mit einer Gabel zerdrücken. [Nicht im Mixer!] Sesampaste im Glas gut aufrühren. Das Püree in einer Schüssel mit Salz, Sesampaste, zerquetschtem Knoblauch und klein gehackter Petersilie vermischen, abschmecken, evtl. noch etwas Zitronensaft dazugeben und auf einem Teller glatt gestrichen mit Fladenbrot servieren.

Hummus [Kichererbsencreme aus dem Orient]

250 g Kichererbsen, 1 Zwiebel, 3-4 Knoblauchzehen, 1 EL Olivenöl,
2-3 EL Tahin [Sesampaste aus dem Glas in türkischen Läden],
2-3 EL Joghurt, 3 EL Zitronensaft, Salz, Pfeffer



Die Kichererbsen, reichlich mit Wasser bedeckt, über Nacht einweichen und am nächsten Tag mit den Händen gegeneinander reiben, dass sich die Häute lösen und oben auf dem Wasser schwimmen. Diese Häute entfernen. Zwiebel und Knoblauch schälen, klein hacken und in Öl glasig dünsten. Die Kichererbsen mit dem Einweichwasser dazugeben und nach kurzem Aufkochen auf kleiner Flamme ca. 2 Stunden köcheln lassen. Kichererbsen abgießen, aber das Wasser aufheben. Erbsen fein pürieren und mit Tahin, Joghurt, Pfeffer, Salz und Zitronensaft vermischen. Wenn die Paste zu fest ist, noch etwas von der Kochflüssigkeit dazugeben. Pikant-säuerlich abschmecken, auf einen Teller streichen, in eine Vertiefung etwas Oliven- oder Sesamöl gießen und etwas Paprikapulver über den Hummus streuen und mit Fladenbrot servieren.

Variationen: Statt des Öls geröstete Pinienkerne in die Mulde streuen oder angemachten, klein geschnittenen Rucolasalat.



200 g getrocknete Kichererbsen, 1 Bund Petersilie, 3 Zweige Koriandergrün, 1 rote Zwiebel, gehackt, 4 Knoblauchzehen, klein gehackt, je 1 TL gemahlener Kreuzkümmel und Korianderkörner, 1-2 TL Backpulver, Salz, Pfeffer, Öl zum Fritieren

Kichererbsen abspülen, in einer Schüssel mit Wasser bedecken und einen Tag einweichen.
Am nächsten Tag die Erbsen abgießen, kalt abspülen und in der Küchenmaschine zerkleinern. Gehackte Kräuter und Zwiebel dazugeben und mit den Gewürzen und dem Backpulver pürieren. Salzen und pfeffern.
Das Öl auf 175° erhitzen. Kichererbsenpüree zu kleinen Bällchen formen und im heißen Öl knusprig fritieren. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und servieren.

Rezept von Evangelos für Barbara H., die es für uns zubereitet hat.

Gefüllte Weinblätter [Griechenland]



1 Packung oder Dose Weinblätter in Salzlake, 1 Tasse Reis, 250 g Hackfleisch, 1 Zwiebel, Petersilie, Dill, Salz, Pfeffer, 100 ml Olivenöl, 2 Zitronen

Weinblätter etwas abspülen, trockentupfen und mit der glänzenden Seite auf ein großes Tablett legen.
Kleingehackte Zwiebeln in Öl anbraten, den ungekochten Reis, Salz, Pfeffer, Rosinen und Gewürze dazugeben und kurz anbraten. In einer Schüssel das Hackfleisch mit den kleingehackten Kräutern und dem abgekühlten Reis-Zwiebel-Gemisch vermengen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.
Die Masse auf die geäderte Seite der Weinblätter setzen, die Seiten einschlagen und dann zur Spitze hin locker einrollen, damit der Reis noch Platz zum Quellen hat. Den Boden einer feuerfesten Form mit 5 Weinblättern auslegen und die Röllchen locker in Lagen einschichten. Wasser-Öl-Gemisch aufgießen, bis die Röllchen bedeckt sind. Mit wassergefülltem Teller beschweren, einmal aufkochen lassen und dann bei schwacher Hitze zugedeckt auf dem Herd ca. 50 Minuten ziehen lassen. Evtl. vor dem Servieren 2 Eier mit dem Saft einer Zitrone vermischen, über die Weinblättern gießen und zugedeckt stocken lassen. Herausnehmen, abtropfen lassen und warm oder kalt servieren.

Variation: Statt Petersilie und Dill 2-3 EL kleine Korinthen, 30 g geröstete Pinienkerne, je ½ TL Zimt und Zucker, 1 Prise Pimentpulver nehmen und auf jeden Fall Lamm-Hackfleisch. Weiter wie oben, aber das Ei-Zitronen-Gemisch zum Schluß ebenfalls weglassen.

Heringssalat

Unser Heilig-Abend-Essen in der Kindheit nach der Bescherung. Wunderbar würziges Hilfsmittel gegen zu viele Süßigkeiten



Bismarckheringe [die Haut abziehen], fertig gekochte Rote Bete, Pellkartoffeln vom Vortag, Gewürzgurken und säuerlich feste Äpfel zu gleichen Teilen in gleich große Stücke schneiden. 1 Handvoll Walnüsse klein hacken.

Mit einer Vinaigrette aus Senf, Mayonaise, Joghurt, etwas Sahne, Essig, Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker, klein gehackten Walnüssen und sehr klein geschnittener Zwiebel vermischen und gut durchziehen lassen. Zum Servieren mit etwas Dill dekorieren.
Dazu Toastbrot oder Baguette und Bier* reichen.

*Das Bier gab's natürlich damals noch nicht für uns Kinder!!!

Fritierte Kochbananen



2 reife Kochbananen, Salz, Pfeffer und frischer geriebener Ingwer, Fritieröl

Kochbananen schälen. In schräge Scheiben schneiden und mit Salz, Pfeffer und Ingwer einreiben bzw. bestreuen. Öl erhitzen und Kochbananen fritieren, bis sie goldbraun sind.
Dazu paßt kurz gebratenes Fleisch und Bohnen-Tomatensauce [siehe unten]

Variation: 2 reife Kochbananen, 2 EL brauner Zucker, 2 EL Mehl, 1 Ei, je 1 Msp Ingwerpulver, Zimt und Salz, etwas geriebene Muskatnuß zu einem Teig verrühren. Mit zwei Eßlöffeln abgeteilte Portionen in Öl goldbraun ausbacken und mit Puderzucker aus braunem Zucker bestreuen.

Bohnen-Tomatensauce



Eine kleine Dose Kidneybohnen, ½ Dose geschälte Tomaten, gekörnte Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, Zucker, Knoblauch nach Geschmack, Gewürz „African“ von NoMU oder je eine Prise Kreuzkümmel, Chili, Kardamom, Koriander, Nelken, Senfkörner, Bockshornklee, Piment, Muskat.

Die Bohnen abschütten und abwaschen. Zusammen mit den Tomaten in einen Topf geben und mit einem Stampfer zu einem groben Brei verrühren. Mit etwas Gemüsebrühe, Salz, Peffer, Zucker abschmecken. Wenn man das afrikanische Gewürz nicht hat, die anderen Gewürze zusammen mahlen oder mörsern, ohne Fett etwas anrösten und zur Sauce geben und pikant abschmecken.

Macadamia-Salsa

1 nicht zu reife Avocado, 1 Handvoll Macadamia-Nüsse, 1 Zitrone, Salz, Pfeffer, 3-4 EL süß-scharfe Chilisoße



Die Zitrone auspressen. Avocado vom Kern befreien, das Fleisch mit einem Messer kreuz und quer einschneiden und die entstandenen Würfel mit einem Löffel aus der Avocadoschale in den Zitronensaft geben und mit dem Schneidstab pürieren. Die Nüsse klein hacken und mit den weiteren Zutaten unter die Avocadomasse rühren. Abschmecken und als Salsa zu gegrilltem Fleisch, zu Tafelspitz oder zu Fisch reichen oder auch als Brotaufstrich verwenden.

Grüne Kräuterremoulade

Je 1 Bund krause und glatte Petersilie, Basilikum, ½ Bund Zitronenmelisse, ½ Bund Pfefferminze, 3-4 Stängel frisches Zitronengras oder 1 abgeriebene Limonenschale, 2 Knoblauchzehen, 2 EL groben Dijon-Senf, weißen Balsamico, Orangenessig und Olivenöl je nach Geschmack und Konsistenz, Pfeffer, Salz



Die Kräuter und den Knoblauch etwas kleinhacken und in die Küchenmaschine geben, ebenfalls den Senf, etwas Essig und Pfeffer und Salz. Kräftig durchmixen und nach und nach Öl dazugeben, bis eine sämige Masse entsteht.
In einem fest schließenden Gefäß mehrere Wochen im Kühlschrank haltbar. Paßt sehr gut zu gekochtem oder pochiertem Fleisch und Fisch.

Aioli

2-3 Knoblauchzehen, ½ TL Chili-Schrot, 2-3 Msp. grobes Meersalz, 1 **zimmerwarmes** Eigelb, Olivenöl, etwas Zitronensaft und/oder ½ TL Dijon-Senf



Knoblauchzehen schälen, in grobe Stücke schneiden, mit Chili und grobem Salz in einem großen Mörser zu glattem Brei mörsern. Eigelb dazugeben und gut unterrühren. 1 TL Öl dazugeben, verrühren und wiederholen. Langsam die Ölmenge steigern und mit einem kleinen Schneebesen weiterrühren, bis eine cremige Mayonnaise entsteht. Die Ölmenge richtet sich nach der gewünschten Konsistenz.
Am Schluß den Zitronensaft und/oder etwas Senf nach Geschmack zugeben.
Man kann auch klein gehackte Petersilie und saure Sahne untermischen.
Die Sauce paßt gut zu gegrilltem Fleisch oder zu gedünstetem Fisch.

Bananenchutney



Je 500 g geschälte Äpfel, Bananen, Tomaten, Zwiebeln.
150 g Rosinen, 350 g Zucker, je 1 TL Kurkuma oder Chinagewürz, Ingwer, Piment, je ½ TL Zimt, Nelken, Curry, 1 frische Chilischote, Salz

Obst und Gemüse in kleine Stücke schneiden. Alle Zutaten gut mischen, in einen Topf geben, aufkochen und auf kleiner Flamme 1 bis 1 ½ Stunden köcheln. Gut umrühren und heiß in Gläser mit Vakuumverschluß füllen.

Cranberry-Apfel-Chutney



1 Beutel frische Cranberries [Ähnlich wie kleinere Preiselbeeren oder Kronsbeeren schmeckend], 2 säuerliche Äpfel, 50 g Ingwerwurzel, 75 g Zucker, 75 ml Weißweinessig, 2 EL Zitronensaft, 1 EL Dijonsenf, Salz, weißer Pfeffer

Cranberries kalt abspülen und in einem Sieb abtropfen lassen. Äpfel schälen, entkernen und klein würfeln. Ingwer schälen und fein würfeln.
Zucker in einer Pfanne schmelzen und goldbraun karamellisieren. Ingwer dazugeben und sofort mit dem Essig und Zitronensaft ablöschen. Die Äpfel und Cranberries zufügen und alles zum Kochen bringen. So lange kochen, bis die Cranberries aufplatzen und der Zucker sich aufgelöst hat. In eine Schüssel geben und den Senf unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen und abgekühlt servieren. Paßt gut zu Pasteten [Seite 12].

Scharfe grüne Curry-Paste



1 TL Korianderkörner, ½ Stange oder 1 ½ TL gemahlener Zimt, ½ TL Fenchelsamen, 5 schwarze Pfefferkörner, 3 Nelken, 2 TL Chilischrot, 1 TL Paprikapulver, 1 TL Kurkuma, ½ TL geriebener Muskatnuss. 1 Gemüsezwiebel, 3 Knoblauchzehen, 1 Stängel Zitronengras, 3 cm Ingwer, ½ Bund Koriandergrün mit Wurzeln [Asia-Laden], 4 EL Olivenöl

Die Koriander- und Pfefferkörner, Kreuzkümmel- und Fenchelsamen sowie zerkleinerte Zimtstange und Nelken in einer Pfanne erhitzen, bis sie leicht rauchen und dann in einer Mühle fein mahlen.
Zwiebel und Knoblauch schälen und grob schneiden. Das untere weiße Drittel vom Zitronengras in dünne Scheiben schneiden. Den Ingwer schälen und klein schneiden. Das Koriandergrün mit Wurzel klein hacken. Zwiebel, Knoblauch, Zitronengras, Ingwer, Koriander und alle anderen Gewürze sowie das Olivenöl dazugeben und alles fein pürieren.
In einer beschichteten Pfanne unter ständigem Rühren die Masse so lange erhitzen, bis sie kräftig blubbert. Dann herausnehmen und abkühlen lassen. Hält sich, gut verschlossen in einem Glas, im Kühlschrank 4-6 Wochen.

Dieses gewürzte Butterschmalz kann ich wärmstens empfehlen!!! Es hat einen wunderbaren Geschmack und ist vielseitig verwendbar. Wirklich!!!

Niter kebbeh [Ghee aus Äthiopien]



1 kg fertiges Butterschmalz, 1 gewürfelte Gemüsezwiebel, 3-5 zerdrückte Knoblauchzehen, ca. 2 cm frischer geriebener Ingwer, 4 cm Zimtstange, 5 Gewürznelken,¼ TL frisch geriebene Muskatnuß, je ½ TL Korianderkörner, Kardamom, Piment, Bockshornklee gemörsert

Butterschmalz langsam in einem Topf zerlassen, bis weißer Schaum an die Oberfläche steigt. Dann alle anderen Zutaten zugeben und 50 Minuten schwach weiterköcheln lassen. Eine Filtertüte in ein Spitzsieb legen und die Mischung langsam durch das Sieb in eine Schüssel gießen. Filtertüte mehrmals wechseln. Die Würzbutter in ein Schraubglas füllen und erst nach Erkalten verschließen. Hält sich bis zu 3 Monaten oder kann eingefroren werden. Für asiatische, afrikanische und exotische Gerichte.
Hervorragend auch zum Braten von Kartoffeln, Abschmecken von Kartoffelpüree oder zu Fisch.

Minze-Chutney



½ kg säuerliche Äpfel [Boskop, Braeburn, Cox Orange], ½ Gemüsezwiebel, 125 g brauner Zucker, je ½ EL gelbe und schwarze Senfkörner, ½ TL Chilischrot oder Cayennepfeffer, 1-2 Knoblauchzehen, 2 cm frisch geriebener Ingwer, Salz, Pfeffer, 2-3 EL Essigessenz, 3 Zitronen, 50 g geröstete, gesalzene Nußmischung, ca. 30-50 g Minzblätter

Äpfel und Zwiebel schälen und klein würfeln. Äpfel, Zwiebel, Zucker, Senfkörner, Chili oder Cayennepfeffer und Salz, Essigessenz und Zitronensaft in einen grossen Topf geben und zum Kochen bringen. Bei kleiner Hitze im offenen Topf unter gelegentlichem Rühren ca. 1 Stunde köcheln. Minze abspülen, trockentupfen, die Blätter klein hacken und mit den ebenfalls klein gehackten Nüssen zugeben und noch 15 Minuten weiterköcheln. Das Chutney in heiß ausgespülte Schraub- oder Einmachgläser füllen und kalt, warm oder sogar gefroren zu kurz gebratenem Lammfleisch reichen.

Mango-Chutney



1 reife Mango, 1 mittelgroße Zwiebel, 1 Handvoll große helle Sultaninen [in türkischen Läden] oder auch Rosinen, 2-3 cm frischen Ingwer, 1-2 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, 1 EL abgeriebener Palmzucker [Asia-Laden] oder 1 EL brauner Zucker, 2-3 EL Weinessig, Niter Kebbeh [siehe oben]

Mango und Zwiebel schälen und klein würfeln, die Sultaninen evtl. etwas zerkleinern. Zwiebelwürfel in 1 EL Niter Kebbeh oder Butterschmalz glasig bis goldbraun dünsten. Mango, Sultaninen, geriebenen Ingwer, zerquetschte Knoblauchzehe, Gewürze und Essig zufügen und alles auf kleiner Flamme unter Umrühren, vorsichtig, damit nichts anbrennt, ca. 50 Minuten garen. Abschmecken, erkalten lassen und in einem Schraub- oder Einmachglas bis zu 4 Wochen im Kühlschrank aufbewahren.

Kürbiskompott | Eingelegter Kürbis

Kürbis schälen, entkernen und in 3 cm große Würfel schneiden. 1,5 kg Kürbisfleisch mit ½ l Weinessig beträufeln und zugedeckt mindestens 12 Stunden ziehen lassen, gelegentlich umrühren. Auf einem Sieb gut abtropfen lassen.





1 Flasche herben Apfelwein [Cidre] mit 1 kg Zucker aufkochen. Kürbiswürfel portionsweise ca. 5-8 Minuten darin kochen, bis die Kanten glasig werden. Zum Schluß 2 unbehandelte Zitronen, mit Schale in Scheiben geschnitten und entkernt, 2 Stück frischen Ingwer à 2 cm, 1 Stange Zimt, 20 Nelken und alle Kürbiswürfel noch einmal kräftig aufkochen und dann heiß in ein Bonbonglas o.ä. oder Steintopf füllen. Nach dem Erkalten verschließen.

Nach einer Woche prüfen, ob der Saft noch sirupartig ist. Sonst abfüllen und noch einmal dick einkochen.

Oliven-Tomaten-Paste

Das gab es in einem Restaurant am Gardasee zur Überbrückung der Wartezeit. Das habe ich mir dann abgeschmeckt.

1 Glas entsteinte Oliven, 1 Glas Kapern, 150 g getrocknete Tomaten, 4-5 Knoblauchzehen, Olivenöl, ½ TL Harissa [scharfe nordafrikanisch-arabische Paprikapaste], Salz



Zutaten klein hacken und in der Küchenmaschine pürieren. Nach und nach Öl dazugießen, bis eine homogene Paste entsteht. Mit Salz und Harissa pikant abschmecken. In verschlossenen Gläsern im Kühlschrank mindestens ein Monat haltbar. Z. B. auf getoasteten Baguettescheiben servieren.





Menü-Vorschläge

1

Vorspeise
Salat von Flußkrebsfleisch und Apfel 21

und/oder

Suppe
Duo von Trüffelkartoffelsuppe und 28
Kürbissuppe 34
mit Flußkrebsschwänzen in Espressotassen serviert

Hauptgericht
Schmortopf „Mont Ventoux" mit
Rind-, Lamm- und Schweinefleisch, 50
dazu Fladenbrot „Tochter des Tellers" [Yemen] 202
Karottengemüse 155

Dessert
Ingwermousse mit Zitronen und Orangenlikör 165

2

Vorspeise
Timbal von Paprika und Tomate auf Bärlauch 17

Suppe
Schneckencremesüppchen 27

Hauptgericht
Wildgulasch mit Kronsbeeren auf Birne 64
Schupfnudeln *103*

Dessert
Avocadomousse *160*

3

Vorspeise
Lachsröllchen mit Ricotta und Zitrone 24

Suppe
Ochsenschwanzsuppe mit Einlage 35

Pasta
Hausgemachte Ravioli mit Pilz-Trüffel-Füllung 132

Hauptgericht
Fisch-Curry mit Mandarin-Sauce und Reistimbal 84
oder
Thunfisch mit Kapern und gebratenem Salatherz 86

Dessert
Orangen-Pfefferminz-Creme 164

4

Amuse gueule
Sekt und Knusperoliven 198

Vorspeise
Geflügelterrine auf Rucola 19
mit Cranberry-Apfel-Chutney 210

Suppe
Petersilienwurzelsüppchen 33

Fleisch
Lamrücken in Kräuter-Weißwurst-Mantel
an Balsamico-Jus 78
Bratkartoffelgratin mit Karotten
und Speck-Bohnen-Päckchen

Dessert
Ingwermousse mit Orangenkompott 165

5

6



Inhaltsverzeichnis nach Rubriken
+ V = Rezept mit Variation, (V) = Variation

Amuse gueule

Vorspeise

Suppen

Fleischgerichte

Fischgerichte

Beilagen

Eintopf | Auflauf | Wok | Pasta

Salate | Gemüse

Dessert

Kuchen | Torten | Gebäck

Sonstiges

Der Hummer ist zwar gut klingender ‘Titelheld’, doch habe ich mich wegen seiner Exklusivität auf nur ein Rezept beschränkt. [Seite 131]



Inhaltsverzeichnis von A-Z

+ V = Rezept mit Variation, (V) = Variation

A

B

C

Alle Rezepte sind normalerweise für 4 Personen berechnet.

Abkürzungen - Erläuterungen

600 W	600 Watt [bei Mikrowellen-Angabe]
EL	Eßlöffel
evtl.	eventuell
geh.	gehäuft
gek.	gekocht
Pk	Päckchen
Msp	Messerspitze
TK-[Spinat]	Tiefkühl-[Spinat]
TL	Teelöffel

mehlieren	mit Mehl bestäuben bzw. in Mehl wälzen
nappieren	Ein Gericht appetitlich mit gerade soviel Soße überziehen, dass es knapp davon bedeckt wird.
plattieren	Fleisch zwischen Klarsichtfolie mit dem Handballen oder einem flachen Fleischklopfer auf die gewünschte Fleischdicke und Größe bringen.
Zesten	oder Julienne heißen dünne Streifen, die von der Schale unbehandelter Zitrusfrüchte oder von Gemüse mit einem speziellen Küchengerät, dem Zestenreißer abgezogen werden.



Dieses Exemplar hat die Nummer



Sign
X·PRESS
DIGITAL MEDIA